

Golden Pearl

Beauty Forever



Whiting Soaps



Chief Special

Rs. 180.00

Special
ماہنامہ
شیف

ABC Certified کونگ بیگز
A Project of Jhangir Books



Eid Menu
by Star Chefs



FREE
Activity Book
ایم و ایچ سوسائٹی

• مہندی کے منفرد ڈیزائن
• خوشیوں بھرا ہوا
• میٹھے میں کیا ہے؟



WWW.PAKSOCIETY.COM

Every time you purchase our products

Kausar will donate **Rs.1** per kg/ltr to



Shaukat Khanum

Memorial Cancer Hospital And Research Centre



WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM

ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN

PAKSOCIETY1 f PAKSOCIETY

چکن چنکس سینڈوچ

اجزاء

3 سلاٹس	سینڈوچ بریڈ
1 کپ	چکن چنکس (ہون لیں)
1 عدد (سلاٹس لیں)	پیاز
1 عدد (سلاٹس لیں)	ٹماٹر
1 عدد (سلاٹس لیں)	کھیرا
3 کھانے کے چمچ	مایونیز
حسب ضرورت	دلیسی گھی

ترکیب

- **BUNNY'S** سینڈوچ بریڈ کے کنارے کاٹ کر دلیسی گھی میں ٹوٹ کر لیں۔
- ایک **BUNNY'S** بریڈ سلاٹس پر مایونیز لگا کر کھیرے اور چکن چنکس کی تھانگیں۔
- اس کے اوپر دوسرا **BUNNY'S** بریڈ سلاٹس لگا کر مایونیز لگا لیں پھر چکن چنکس، ٹماٹر اور پیاز کی تھانگیں۔ آخر میں تیسرا **BUNNY'S** بریڈ سلاٹس رکھ دیں۔
- درمیان سے کاٹ کر فرنچ فرائز کے ساتھ سروس کریں۔





Ramadan Kareem

A month of Blessings, Guidance & Forgiveness



Join our Facebook page for more excitement.

Kausar

BANASPATI & CANOLA OIL

کچھ خاص ہمارے کھانے میں

f Facebook.com/KausarCookingOils

info@kausar.com.pk

Every time you purchase our products **Kausar** will donate Rs. 1 per kg/ltr to
Shaukat Khanum Memorial Cancer Hospital and Research Centre.



عید کی خوشیوں میں
جام شیریں کا ساتھ... نیچرل ہے!



Life Life
Refreshing

عید پر اپنوں کا ہوسا تھ تو بن جائے یہ دن خاص،
خوشیوں کا یہ احساس... نیچرل ہے۔
جیسے آپ کا فیورٹ قرشی جام شیریں... نیچرل ہے۔

60% Market Share
in the Category

Retail Audit by
nielsen

www.qarshi.com

facebook.com/QarshiPakistan

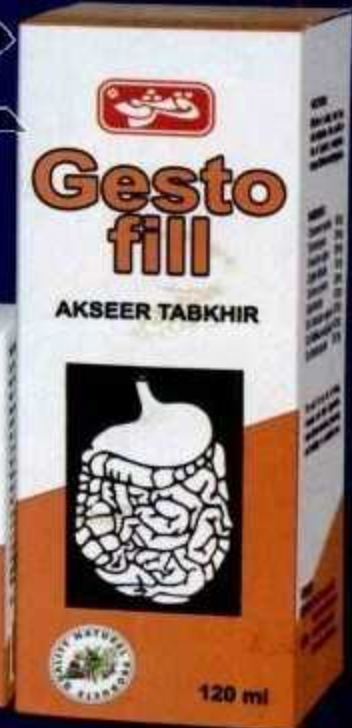


Manhattan Leo Burnett

گیسٹو فیل

گیس، سینے کی جلن اور بد ہضمی کا حل

ماہ رمضان میں کھانا اور افطار کے دوران،
کھانے پینے میں زیادتی کے سبب، ہر عمر کے افراد میں
گیس، بد ہضمی اور سینے کی جلن جیسی شکایات عام ہو جاتی ہیں۔
تو ایسی صورت میں جیسے ترقیبی گیسٹو فیل، جو ان سب سے آرام پہنچاتا ہے۔
تا کہ ہمارا رمضان آپ کی طبیعت رہے بحال!





شنگریلا یہاں ہے!
www.shangrila.com.pk

سحرو افطار... اب اور بھی مزیدار

ماہ رمضان میں شنگریلا ٹماٹو کچپ اور شنگریلا سوس کے چٹے اور
تکھے چٹخاروں سے بنائیں سحرو افطار اب اور بھی مزیدار۔



Blending Healthy Taste

for milkshakes, food drinks & cocktails



True Compact

The KENWOOD blenders bring together a new stylish, compact space saving design, versatile attachments, and high performance making it an excellent addition to the growing range of new blenders.

www.rni.com.pk

UAN: (021) 111-764-764

Join KENWOOD, PAKISTAN



2



BL480

BL380



KENWOOD
CREATE MORE



Downloaded by



یہی ہے جیتے کامرہ



www.uil.com.pk | UAN: 041-111-111-UIL (845) | facebook.com/uilkashmir



عید مبارک

شیف

Vol-6 Issue-IV July 2014

کچھ کہنا ہے!

عید الفطر کا تہوار رب تعالیٰ کی طرف سے تجھے اور انعام کی صورت میں مرحمت فرمایا گیا ہے۔ یہ خوشی اور شکر گزاری کا دن ہے، یہی وجہ ہے کہ اس دن کی تیاری رمضان المبارک کی آمد کے ساتھ ہی شروع ہوتی ہے۔ خاص طور پر عورتیں اور بچوں کی تیاری دیدنی ہوتی ہے۔ خواہ تین نے گھر بھر کی شاپنگ کے ساتھ ساتھ کچن کی ذمہ داریاں بھی بخوبی سرانجام دیں ہوتی ہیں۔ یہ ساری محنت اس وقت وصول ہو جاتی ہے جب کوئی ان کے ذوق کی تعریف کرے۔ اس ضمن میں خواتین کی رہنمائی کے لیے "شیف" آتش عید ایڈیشن میں خصوصی مضامین شامل کیے گئے ہیں تاکہ مصروفیت کے اس وقت میں آپ خود کو تباہ محسوس نہ کریں۔

مٹھی عید کی خوشیوں میں مزید خاص پسند کرنے کے لیے اس بار روایتی کھانوں کے ساتھ ساتھ نئی اور منفرد ریسیپز بھی شامل کی گئی ہیں جو آپ کے دسترخوان کی شان بڑھا دیں گی۔ دھنوں کے اہتمام اور مہمانوں کی خاطر توجہ کے لیے ڈیزرٹس اور ڈکنس کے ساتھ ساتھ چکن، مٹن، بیف سیلز، ڈسٹس اور سٹیکس کی ریسیپز پر مشتمل شیف آتش عید ایڈیشن آپ کو ڈانک کی نئی دنیا سے متعارف کروانے کا اہتمام رکھتا ہے۔ عید کی تیاریوں اور روزانہ پختہ پختہ آرٹیکلز اور مندرجہ ذیل کے ڈیزرٹس بھی یقیناً آپ کی دلچسپی کا باعث رہیں گے۔

کوئیز سے کپ لیں۔ ہفت ڈیزرٹس میں کیا پیش رفت ہوئی اور آج کل کون سے ڈیزرٹس مقبول عام ہیں، یہ جاننے کے لیے خصوصی مضمون "کچھ نہ بھولنا، بوجھ" کا مطالعہ ضرور کریں۔ کھانا پکانے سے متعلق آپ کے سوالات کے جوابات کا سلسلہ بھی اس ماہ سے میگزین میں شروع کیا جا رہا ہے جس میں ایکسپٹ شیفس سے رائے لینے کے بعد آپ کی رہنمائی کی جائے گی تاکہ آپ بھی ایکسپٹ کک کی طرح کھانا پکانے کے امور سے واقف ہو سکیں۔

فاسر اور جاسن غذائیت سے بھرپور مومی پھل ہیں۔ ان سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانے کے لیے انھیں جوس، پیوری، جیم اور مختلف ڈیزرٹس میں ٹانچک کے لیے استعمال کریں۔ موسم گرما میں کیا کھائیں کیا پیئیں، درجہ حرارت کو کیسے کنٹرول کریں اور اسے استعمال کس حد تک کریں۔ یہ تمام معلوماتی مواد بھی میگزین میں شامل کیا گیا ہے۔ Exclusive interview میں اس بار بوٹ، شیف اور میک اپ آرٹسٹ ناز یہ ملک سے کی گئی گفتگو شامل اشاعت ہے۔

موسم گرما کی تعطیلات میں بچوں کی ذہنی صلاحیتوں کو پروان چڑھانے میں والدین اہم کردار ادا کر سکتے ہیں۔ بچوں کو شارٹوں سے باز رکھنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ انھیں ایسی سرگرمیوں میں مشغول رکھا جائے جو اخلاقی اور ذہنی لحاظ سے ان کے لیے مفید ہوں۔ اس حوالے سے ذہنی سرگرمیوں اور دیگر مشاغل پر مشتمل Booklet بھی میگزین کا حصہ ہے۔

عموماً دیکھا جاتا ہے کہ عید کے بعد ان تمام اچھی عادات اور اوصاف کو پس پشت ڈال دیا جاتا ہے جو رمضان المبارک کا خاصہ ہیں۔ کوشش کریں کہ رمضان المبارک کے بعد بھی اس معمول کو جاری و ساری رکھتے ہوئے برائیوں سے بچتے رہیں۔ عید کے موقع پر خوشیاں بانٹتے ہوئے ضرورت مندوں اور غرباء کی جس قدر ہو سکے، مدد کریں اور انھیں اپنی خوشیوں میں شریک رکھیں۔

عطیہ عباس

نگران اعلیٰ : مسز آسیہ نیاز
چیف ایڈیٹر : نبیل نیاز
مینجنگ ایڈیٹر : عدیل نیاز
ایڈیٹر : فواز نیاز
سینئر ایڈیٹر : شازیہ فواز
چیف آپریٹنگ آفیسر : حرا یوسف
ایگزیکٹو ایڈیٹر : عطیہ عباس
اسسٹنٹ ایڈیٹر : محمد اقبال قریشی
گرافک ڈیزائنر : محمد قیصر
فوٹو گرافر : فیصل امیر علی
کمپوزر : انیلا ظہر
پروڈکشن ڈیپارٹمنٹ : شاہد شفیق

سپرینٹنڈنٹ : شرکت پرنٹنگ پریس لاہور
قانونی مشیر : چوہدری ریاض اختر

مارکیٹنگ مینیجرز : شہباز عالم : 0320-7755128
: حرا یوسف : 0320-7755129
: حنا شفیق : 0320-7755130
کراچی : محمد رمضان : 0320-7755122

ناشر : عروج نفیس، جاوید اقبال

میگزین آفس : نبیل نیاز
121-ڈی، گلبرگ II، لاہور : 042-35754518, 35754519

کراچی آفس : 19-سی، مین ساؤتھ پارک ایونیو مینز ٹائن فلور : 021-35383410
فیز II ایکٹیشن ڈیفنس، کراچی

ڈسٹری بیوٹرز

لاہور : 042-37220879 : آرڈو بازار
0300-4009578 : سلطان نیوز ایجنسی
کراچی : 021-32765086 : آرڈو بازار
021-32732765 : گلستان نیوز ایجنسی
0300-2680248 : اشرف بک ایجنسی
061-5774682 : راولپنڈی
0341-5205014 : پشاور
091-2213525 : زرباغ خان نیوز ایجنسی
022-2780128 : حیدر آباد
0322-3481676 : مہربان نیوز ایجنسی
0333-8421027 : گجرات : خالد بک اسٹال
053-3521020 : کوئٹہ : انصاری بک اسٹال
081-2826741



www.jbdpress.com

Facebook Chef Special
chefspecial@jbdpress.com
For free delivery anywhere in Pakistan
please contact: info@jbdpress.com

Free Delivery

ANNUAL Subscription

Subscribe for 12 months (12 issues) @ Rs: 1980/- (Including Courier service)

Coupon No. _____ Expiry _____ Signature _____

Name (Mr/Mrs/Ms) _____

Address _____

Subscriptions should be made preferably through Money Order, Demand Draft or Pay Order. Only Pakistani Rupees are accepted.

Money Order, Demand Draft or Pay Order should be mailed to:
Circulation Manager
Chef Special
121-D, Gulberg II, Lahore Pakistan
Ph: 042-35754518, 35754519

For Bank Transfer:
Account Title: Chef Special
Account # 1787-79000826-03
Habib Bank
River Garden Branch, Lahore Pakistan

SlimSmart[®]

ULTRA!



Go Natural .co.uk

موٹاپے سے نجات
وزن میں 1 کلو فی ہفتہ تک کی

Only
Rs. 460/-
30 TABLETS PACK



100 Tablets Economy Pack: Rs. 1230/-

Awami Laboratories For Trade Enquiries: Email: info@awami.com Phone: 042-37415954; Fax: 042-37463991

Helpline: 0300 8455517

AVAILABLE AT:

CLINIX

Servaid

FAZAL DIN S 24

CSH Pharma Group

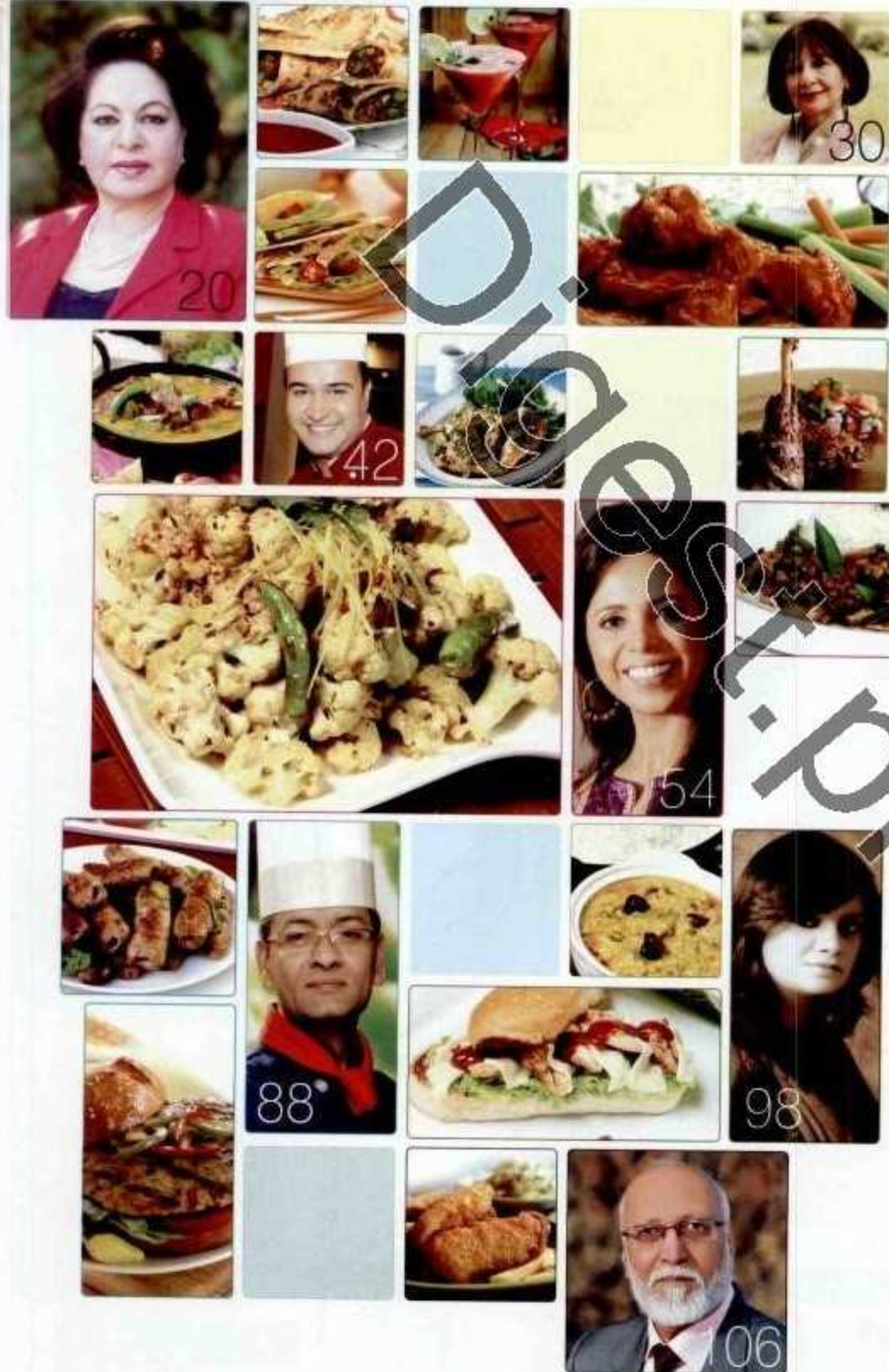
24

MAHMOOD PHARMACY

LAHORE (FREE HOME DELIVERY): 042-37415954, 0300-8455517. LOKHAR: 0333-4388148, 0321-4179697. OTHER CITIES: ABBOTTABAD 0333-5036390, ATTOCK 0300-9716380, DI-KHAN 03449398281, FAISALABAD 0345-8440955, GUJRANWALA 0323-7424552, HANOU 03338817156, HAZRO 03005045192, MANQA MANDI 03254305303, MINGORA 03025724008, MIRPUR 03025697568, MULTAN 0333-8082499, MUZAFARGARH 03016953713, QUANG 7077891, KARACHI 02144517, 35242694, KOTLI 0300-5256839, MANDI BAHADUR 03217745484, MANSEHRA 03018175650, MARDAN 03018305326, 0300-5721435, 03409384488, MUZAFARABAD 03007230725, NOWSHERA 0300-5901386, PESHAWAR 030039500185, Hashtragan 2218455, University Rd 0333-9143720, Kuchi Bazar 0300-5995805, Sikandarpara 0300-846821, Nirmalmandi 0305-8198042, QUETTA 0300-8701670, Baidar Rd 0245532790, RAWALPINDI 03335203585, RAWLAKOT 0332-5783972, SARGODHA 03477448177, SWABI 0333-9438567, SIALKOT 0315-844028-7, TOBATEKSINGH 0302-6578578

فہرست

Vol-6 Issue-IV July 2014



اداریہ	8
تقویٰ کی پانچ گھانیاں	12
حکیم آغا کے مفید مشورے	62
عید الفطر... خوشیوں بھرا اتوار	64
میٹھے میں کیا ہے؟	68
The Arab Table	72
Kitchen Cosmetics	74
Beat the Heat	76
Cook like a Chef	80
Small Fruits Big Benefits	82
معاملات رول ماڈل	84

”ہاتوں سے خوشبو آئے“
نازیہ ملک 122

MONTHLY horoscope	
برجن سلطان	126
میر و کارڈز جولائی 2014ء	128

Fashion
& Showbiz

فیشن شوٹ	130
حنا کے رنگ	136
Movie Club	138

Recipes

Eid Treat 16

Low Cal Recipes 116

BAKE
PARLOR

سبھی کھاتے ہیں

دی ہوم ریستورنٹ

Ramadan Special

Issue No. 5

شاپنگ لسٹ

- مرغی کے بچے کا گوشت بغیر ہڈی کا (کتاب کی صفحہ 140) 300 گرام
- لہسن پیسٹ
- اورک پیسٹ
- ہری مرچ کی ہوئی
- گاجر درمیانی (کٹی ہوئی)
- ہری پیاز
- کھانے کا تیل
- پیاز درمیانی (کٹی ہوئی)
- ڈبل روٹی کے سٹاکس
- بیک پارلر کباب میکرونی
- ایک چائے کا چمچ
- ایک چائے کا چمچ
- 3-4 عدد
- ایک عدد
- 3 عدد
- آدھا کپ
- ایک عدد
- 2 عدد
- 01 ٹیکٹ



پاستہ کباب

۱۔ بیک پارلر پاستا کو نمک ملے اٹھتے پانی میں پانچ منٹ تک اتنا ہالیں کہ اس میں ایک کئی رہ جائے چھلنی سے گرم پانی گرا کر خنڈا پانی گزاردیں اور ایک کھانے کا چمچ تیل ملا کر ایک طرف رکھ دیں۔

۲۔ ایک پین میں پانچ چمچ تیل ڈال کر لہسن، اورک اور پیاز شامل کر کے دو منٹ تک درمیانی آگ پر فرائی کریں۔ اب مرغی کا گوشت بیک پارلر مصالحہ شامل کر کے ایک منٹ تک فرائی کریں۔ دو کپ پانی شامل کر کے ابال آنے تک پکائیں اسکے بعد درمیانی آگ پر مزید 15 منٹ تک پکائیں۔ اب ڈھکنا ہٹا کر تیز آگ پر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔

۳۔ ڈبل روٹی کے سٹاکس، پکی ہوئی مرغی، گاجر، ہری پیاز اور ہری مرچ ایک چارپیس ڈال کر باریک قیمہ بنالیں۔ اب پاستا کو اس کچر میں اچھی طرح سے مکس کر لیں۔

۴۔ پیاز شدہ قیمے سے چھوٹی چھوٹی گول نکلیاں بنالیں۔ فرائی پین میں تیل گرم کر کے کبابوں کو دونوں طرف سے فرائی کر لیں۔ بیک پارلر باربی کیو ساس کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔

نوٹ: اگر آپ یہ ڈش گائے کے گوشت سے بنانا چاہتے ہوں تو انڈر کٹ کا گوشت استعمال کریں اور ڈبے پر دی گئی ہدایات کے مطابق ترکیب پر عمل کریں۔

چکنے چاؤ من



۱۔ بیک پارلر سکھٹی کو نمک ملے اٹھتے پانی میں پانچ سے سات منٹ تک اتنا ہالیں کہ اس میں ایک کئی رہ جائے۔ چھلنی سے گرم پانی گرا کر خنڈا پانی گزاردیں اور ایک کھانے کا چمچ تیل ملا کر ایک طرف رکھ دیں۔

۲۔ فرائی پین میں باقی تیل ڈال کر درمیانی آگ پر گرم کریں۔ لہسن اور اورک شامل کر کے ایک منٹ تک فرائی کریں۔

۳۔ اب مرغی کا گوشت شامل کر کے دو منٹ تک فرائی کریں۔ اب تمام سبزیاں اور بیک پارلر مصالحہ شامل کریں اور مزید ایک منٹ تک پکائیں۔ پاستا ملا کر فولڈ کریں اور گرم گرم پیش کریں۔

شاپنگ لسٹ

- چکن بغیر ہڈی کا 300 گرام
- بند گوبھی 01 کپ
- گاجر چھوٹی 01 عدد
- ہری پیاز 01 عدد
- کھانے کا تیل 05 کھانے کے چمچ
- لہسن کٹا ہوا 01 کھانے کا چمچ
- اورک 01 کھانے کا چمچ
- کھ 01 کھانے کا چمچ

20
Recipes

موسم کے مزے

اس بار رمضان گرمیوں میں آئے ہیں۔ ویسے تو موسم کوئی بھی ہولال شربت کے بغیر افطار یا مکمل ہے مگر گرمیوں میں اس مقبول شروب کو بنائیں اور بھی زیادہ فرحت بخش۔

بادامی جام مشرق

ایک جگہ میں ۲ گلاس دو دھارہ ۱۲ چمچ جام مشرق ملائیں اب اس میں ۱۵ سے ۱۵ آٹھر سے بادام، زعفران اور ۱۰ سے ۱۵ پٹے کوٹ کر ملائیں۔ ایک گلاس کھلا ہوا برف ملا کر افطاری پر پیش کریں۔



STARCREST

فقیر نگری

تقویٰ کی پانچ گھاٹیاں

دل کی گہرائیوں سے نیچلی روحانی گفتگو



میرزا اسلم شاہ

”میں نے کہا تھا۔ اب کبھی آئی ہے کہ آپ نے تو بالکل جی بات کہی تھی۔“ میں نے کہا کہ بعض اوقات کچھ نکتے وقت گزرنے کے ساتھ سمجھ آتے ہیں۔ دراصل اس وقت میرے پاس اپنی بات کی وضاحت کے لیے قرآنی آیت تھی کہ سب عزتیں اللہ ہی کے لیے ہیں لہذا جب سب عزتیں اللہ ہی کے لیے ہیں، وہ جس کو چاہے عزت عطا کر دے۔ وہ عزت ہماری ملکیت نہیں بلکہ عطا ہے اور یاد رکھیے! عطا پر دعویٰ نہیں ہوتا۔ یہ باریک نکتہ سمجھ میں آ جانے کے بعد تقویٰ اختیار کرنے میں آسانی ہو جاتی ہے۔

4۔ تقویٰ کی چوتھی گھاٹی یہ ہے کہ انسان خلق خدا کے سامنے دست سوال دراز نہ کرے۔ جو انسان غیر اللہ کے سامنے ہاتھ پھیلاتا ہے تو وہ اللہ کے در سے منہ موڑ لیتا ہے۔ یہ بہت اہم نکتہ ہے۔ فقیر کو دست سوال دراز کرنے کی سختی سے ممانعت ہے۔ وہ خود اپنی ذاتی ضروریات کے لیے لوگوں کے سامنے سوال نہیں کر سکتا۔

5۔ جو کچھ عطا ہو جائے اس کو کافی جانے۔ آج کل یہ جو مختلف عاملین اور صاحبانِ ذمہ کے پیچھے مارے مارے پھرتے ہیں اس کی ایک وجہ یہ ہے کہ ہم موجود اور عطا شدہ نعمتوں کو کافی نہیں جانتے۔ ایک اور اہل علم نے تقویٰ کی تعریف یوں کی، ”مسیبیتوں کو بھی خوشی سمجھ جانے کا نام تقویٰ ہے۔“

”سب عزتیں اللہ ہی کے لیے ہیں، وہ جس کو چاہے عزت عطا کر دے۔ وہ عزت ہماری ملکیت نہیں بلکہ عطا ہے۔“

یہاں تو پھر عطا شدہ کو کافی جاننے کا ذکر ہے۔ جو مسیبتوں کو بھی خوشی برداشت کرنے سے قدرے آسان عمل ہے۔

آپ راہِ سلوک پر چلنے کے خواہش مند ہیں تو ذہنِ فقیہ کر لیجیے کہ تصوف اور روحانیت کا حصول تقویٰ اختیار کے بغیر ممکن نہیں اور تقویٰ کا حصول ان

پانچ گھاٹیوں کو ملنے کے بغیر ممکن نہیں۔

”کچھ فقیر“ کی چوتھی کتاب ”لوح فقیر“ طباعت کے مراحل سے گزر کر عنقریب آپ کے ہاتھوں میں ہوگی

مطابق کی۔ ایک طفلِ کتب کے لیے تقویٰ کی یہی تعریف بہترین ہے کہ ”آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی تقلید تقویٰ ہے۔“ اب سوال یہ ہے کہ تقویٰ اختیار کیسے کیا جائے؟ تقویٰ کی راہ میں دو چیزیں شدت سے حائل ہوں گی۔ ایک ہماری ”انا“ اور دوسرا ہمارا ”نفس“۔

”تقویٰ کی راہ میں دو چیزیں شدت سے حائل ہوں گی۔ ایک ہماری ”انا“ اور دوسرا ہمارا ”نفس“۔“

میرے خیال میں کوئی شخص تقویٰ اختیار نہیں کر سکتا جب تک وہ اس راہ کی پانچ گھاٹیاں پار نہ کر لے۔ وہ پانچ گھاٹیاں یہ ہیں:

- 1۔ نفس کی خواہشات کے خلاف چلے۔
- 2۔ گزر بسر کرنے کے باقی رزق حاصل ہو جائے تو اس سے زیادہ کی تک وہ دین نہ پڑے۔
- 3۔ ذلت اور ستم پر ترجیح دے۔

یہ ایسا نکتہ ہے جو شاید پڑھ لکھے لوگوں کے حلق سے آسانی سے نیچے نہ اترے۔ سب سے زیادہ اسی مقام پر انسان کے اندر سے مزاحمت آتی ہے۔

ایک صاحب نے آ کر شکوہ کیا کہ ایک شخص نے مجھے سر راہ لوگوں کی موجودگی میں بے عزت کر دیا۔ کیا وہ سمجھتا ہے کہ میری کوئی عزت ہی نہیں۔ میں نے کہا۔ ”بھائی! فقیر کی تو کوئی عزت ہے ہی نہیں۔ جب عزت ہی نہیں تو پھر بے عزتی کیا ہو گی۔“ اس پر وہ صاحب بولے، ”شاہ صاحب! آپ کا مطلب ہے کہ ہماری کوئی عزت ہی نہیں۔“ میں نے سیدھے سہجاء کہا، ”ہاں فقیروں کی بھلا کیا عزت!“ وہ قدرے حق سے یہ کہہ کر چل دیے۔

”Thank you very much.“ آج آپ نے مجھے میری اوقات بتادی۔“

ڈیڑھ سال بعد وہ صاحب دوبارہ میرے پاس تشریف لائے اور کہنے لگے، ”شاہ صاحب! I am Sorry! تب میں آپ کی بات سمجھ

اولیائے کرام نے تقویٰ کو مختلف انداز میں بیان کیا ہے۔ حضرت سری سقطی فرماتے ہیں:

”ہر وقت خدا کی طرف رجوع رکھنا ہی تقویٰ ہے۔“

ایک ولی اللہ فرماتے ہیں:

”تمام ممنوعات سے بچے رہنا اور حکم کردہ کاموں کی پابندی کرنا تقویٰ ہے۔“

حضرت بایزید رباطی فرماتے ہیں:

”غیر اللہ سے منہ پھیر لینے کا نام تقویٰ ہے۔“

ایک اور ولی اللہ فرماتے ہیں:

”اپنے نفس کی مخالفت کا نام تقویٰ ہے۔“

ہر ولی اللہ نے تقویٰ کو اپنے مقام اور روحانی کیفیت کے مطابق بیان کیا۔ ان کے مقامات اور روحانی کیفیات کے پیچھے بے تحاشا مجاہدے، ریاضتیں اور عبادات تھیں۔ یہ سب لوگ اپنے مقام سے بات کرتے ہیں۔ ایک بار میں نے عرض کیا تھا کہ قرآن پاک کی مختلف تفاسیر پڑھ کر انسان مشکل میں پڑ جائے گا کیوں کہ چار ان جہ منہ نہ غوث اعظم شیخ عبدالقادر جیلانی نے قرآن پاک کی جو تفسیر بیان کی ہے وہ نہ در تدر معلوم لیے ہوئے ہے۔ وہ روحانیت کے اس بلند مقام پر نہیں کہ قرآن پاک کو اپنی روح کی بالیدگی کے مطابق گہرائی سے دیکھتے ہیں۔ جو ہماری سمجھ میں نہیں آتی۔ اسی طرح حضرت داتا گنج بخشؒ نے قرآن پاک کی تفسیر اپنے مقام اور مرتبے کے مطابق کی۔

ہم اکثر ایک لفظی کر جاتے ہیں۔ ہم کسی کتاب میں پڑھتے ہیں کہ حضرت غوث اعظمؒ فلاں وظیفہ کیا کرتے تھے اور انھوں نے اس سے بہت کچھ حاصل کیا۔ یہ پڑھ کر ہم بھی بلا سوچے سمجھے وہ وظیفہ کرنا شروع کر دیں گے۔ سوچنے کی بات یہ ہے کہ کیا کبھی ہم جان پا گئیں گے کہ انھوں نے وہ وظیفہ روحانیت کے کس مقام پر پہنچنے کے بعد شروع کیا تھا۔ اگر انھوں نے قطب کے مقام پر پہنچنے کے بعد وہ وظیفہ شروع کیا تو کیا ہمیں معلوم ہے کہ اس مقام پر روح کی بالیدگی اور لطافت کا کیا درجہ ہوتا ہے۔ یہ سب تفصیلات جانے بغیر اگر ہم وظیفہ پڑھنا شروع کر دیں گے تو سوائے پریشانیوں کے ہمیں کچھ حاصل نہیں ہوگا۔ اسی طرح تقویٰ کی تعریف ہر ولی اللہ نے اپنے مقام اور مرتبے کے

15th June
To
15th September
2014

صوفی سوپ

جگمگاتی جیت

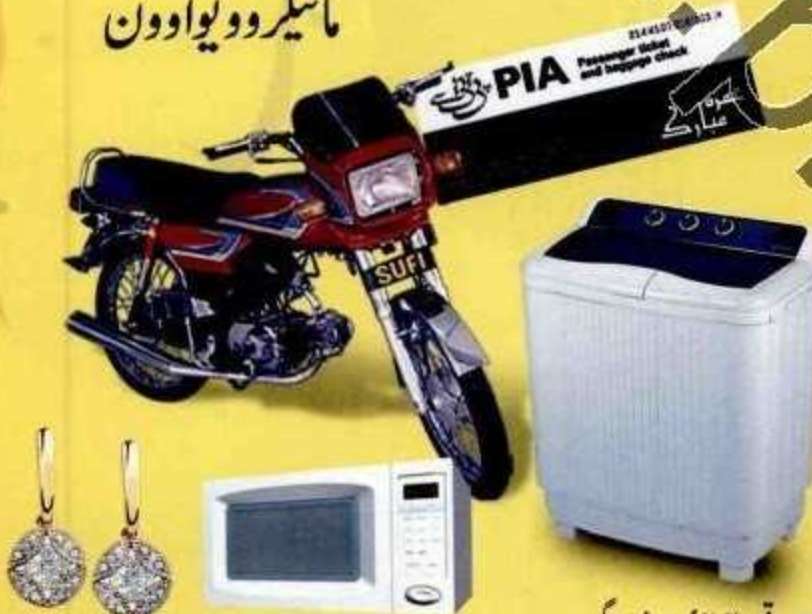
صوفی سوپ کی شاندار دھلائی، اب لائی، اپنی صفائی کی طرح جگمگاتی جیت۔
کسی بھی صوفی سوپ کے 2 عدد خالی لفافے اپنے نام پتے اور شناختی کارڈ کی
کاپی کے ساتھ مندرجہ ذیل پتہ پر ارسال کریں۔

جہاں منتظر ہیں انعام ہی انعام

ہنڈا 70CD موٹر سائیکل
مائیکرو ویو اوون

عمرہ کی ٹکٹیں
سونے کی بالیاں
واشنگ مشین

اور بے شمار انعامات
یہ یکم مندرجہ ذیل پیک پر ہے۔
کمپنی کا فیصلہ حتمی ہوگا۔



لفافے پر یکم لکھیں

قرعہ اندازی ہر ہفتہ ہوگی۔
لہذا جتنی زیادہ انٹریز اتنے ہی جیتنے کے مواقع



Sufi Soap & Chemical Industries (Pvt) Ltd.

Head Office: 1-B Garden Block, Garden Town, Lahore-Pakistan.

Ph: 111-100-786

Fax: 92-42-35850162-3

www.sufigroup.biz

Email: info@sufigroup.biz

ایک SMS، خوشیاں بے شمار!

MEZAN®

رمضان

اس رمضان بانٹیں خوشیاں بے شمار،
کیونکہ میزان کروارہا ہے افطار
اور پہنچا رہا ہے عید کے تحائف،
8001 پر MNR لکھ کر SMS کریں
اور ایسے سچے لوگوں کی نشاندہی کریں
جو منتظر ہیں عید کی خوشیوں کے۔

adcom 0894-14



www.mezangrp.com

Borjan

FASHION FORWARD



www.borjan.com.pk

Join us on  

Eid Treat

پنجابی سویاں

اجزاء

2 کھانے کے چمچ	گھی
1/2 کھانے کا چمچ	کشمش
1/2 کھانے کا چمچ	پست (کٹا ہوا)
1/2 کھانے کا چمچ	بادام (کٹے ہوئے)
7-8 عدد (کرشی ہوئی)	سبز الائچی
1/2 کپ	کنڈینسڈ ملک
1 پکٹ (توربین)	سویاں
1 لٹر	دودھ
حسب ذائقہ	چینی

ترکیب

- چمن میں گھی گرم کر کے اس میں الائچی کڑکڑائیں۔
- خوشبو آنے لگے تو سویاں ڈال کر فرائی کریں۔
- براؤن ہو جائیں تو دودھ اور کنڈینسڈ ملک ڈال کر پکائیں۔
- اب چینی شامل کریں اور چمچ سے ہلاتے رہیں۔
- حسب خواہش گاڑھی ہو جائیں تو کشمش، بادام اور پست سے سجا کر سرو کریں۔

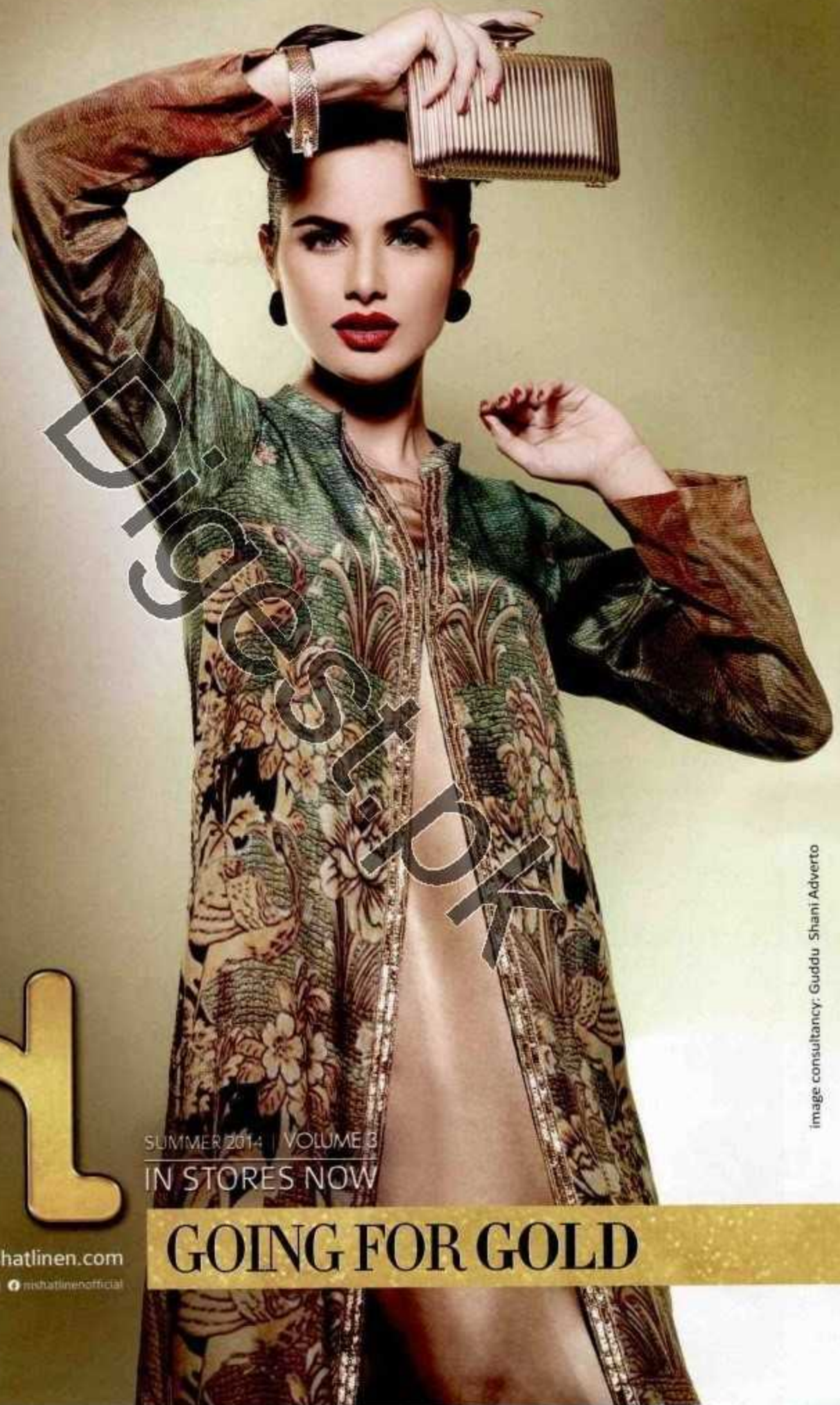


image consultancy: Guddu Shani Adverto



estore.nishatlinen.com
nishatlinen.com | nishatlinenofficial

SUMMER 2014 | VOLUME 3
IN STORES NOW

GOING FOR GOLD

پومی گرینٹ قلاقند

اجزاء

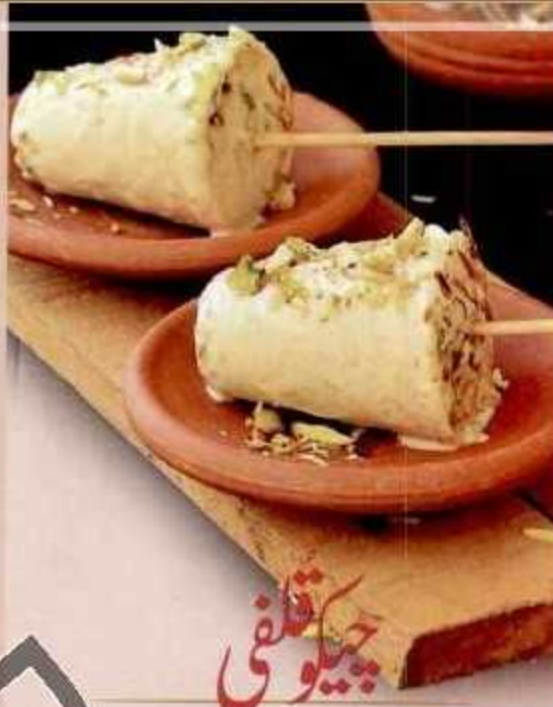
دودھ (بالائی کے ساتھ) :	2 لٹر
انار کا جوس :	1 کپ
چینی :	1/2 کپ
سکھی :	1/2 کھانے کا چمچ
سفید سرکہ :	2 کھانے کے چمچ
الائیچی پاؤڈر :	1/2 چائے کا چمچ
روزہ سنس :	چند قطرے
آئس کیوبز :	چند عدد

گارنشنگ کے لیے

پہلو (کھانا) :	1 کھانے کا چمچ
بادام (کھانے کے لیے) :	1 کھانے کا چمچ
انار کے دانے :	1/2 کپ

ترکیب

- ایک بڑے تین میں 1 لٹر دودھ اتنا آپالیں کر آدھا رہ جائے۔
- دوسرے تین میں بقیہ دودھ ڈال کر آپالیں۔ ابال آنے پر آدھا چمچ مکی کر کے اس میں سرکہ شامل کر کے چمچ سے ہلاتے ہوئے 2-1 منٹ پکائیں۔
- دودھ پھینک لے کر چمچ سے انار کا جوس میں فوراً آئس کیوبز ڈال دیں۔
- اب اسے ٹبل سے کپڑے سے جھان لیں اور کھلے پانی سے گزار کر تھوڑی دیر کے لیے ٹکا کر رکھیں۔
- اب اسے پہلے سے ابالے ہوئے دودھ میں ڈال کر پکائیں۔
- انار کے جوس میں چینی شامل کر کے سیرپ تیار ہو جائے تک پکائیں۔
- دودھ گاڑھا ہو جائے تو اس میں سیرپ، الائیچی پاؤڈر اور روزہ سنس شامل کر کے پکائیں۔
- جب کچھ گاڑھا ہو جائے تو تین میں مکی لگا کر کچھ اس میں نکال لیں۔
- روم ٹیپر پچر پر بھنڈیں۔
- ٹکڑوں میں کاٹ کر گارنشنگ کر کے سرو کریں۔



چیکو قلفی

اجزاء

دودھ (بالائی کے ساتھ) :	1 لٹر
کنڈینسڈ ملک :	1 کپ
چیکو (پاپ) :	1 کپ
کارن فلور :	1/2 کھانے کا چمچ
چینی :	2-3 کھانے کے چمچ
زعفران :	2-3 چمچ
گارنشنگ کے لیے :	
پستہ (چونچ) :	1 کھانے کا چمچ
بادام (چونچ) :	1 کھانے کا چمچ
زعفران (ریبے) :	چند عدد

ترکیب

- ایک بڑے تین میں دودھ آپالیں۔
- دودھ اٹنے لگے تو آدھا چمچ مکی کر دیں۔ زعفران شامل کر کے اتنا آپالیں کہ تقریباً آدھا رہ جائے۔ اس دوران چمچ چلاتے رہیں۔
- اب کنڈینسڈ ملک اور چینی کس کر کے پکائیں۔
- کارن فلور میں تھوڑا سا پانی کس کر کے دودھ میں ڈالیں۔
- اب چیکو پاپ ڈال کر چمچ چلاتے ہوئے پکائیں۔
- کچھ کچھا ہو جائے تو چمچ سے انار کا جوس میں فوراً آئس کیوبز پر بھنڈا کر لیں۔
- پھر 3-4 گھنٹے کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- ریفریجریٹر سے نکال کر 2-3 بار ہلینڈ کریں۔
- آدھے چمچ پستہ اور بادام شامل کر کے قلفی ماؤلڈ میں ڈال دیں اور درمیان میں بھینا اسکیورز ڈالیں۔
- رات بھر کے لیے ریفریجریٹر میں پڑا رہنے دیں۔
- سرو کرتے وقت دونوں ہاتھوں کے درمیان لے کر تھیلیوں سے رول کریں اور ماؤلڈ سے نکال لیں۔
- بقیہ پستہ، بادام اور زعفران سے سجا کر سرو کریں۔
- اسکیورز کے علاوہ clay pot بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

زعفرانی حلوا

اجزاء

آنا / سوچی :	1 کپ
سکھی :	3/4 کپ
چینی :	3/4 کپ
کھویا :	1 کپ
پانی :	4 کپ
کشمش :	1/4 کپ
سبز الائیچی پاؤڈر :	1 چائے کا چمچ
زعفران (ریبے) :	چند عدد
گارنشنگ کے لیے :	
بادام (کھانے کے لیے) :	1 کھانے کا چمچ
زعفران (ریبے) :	چند عدد

ترکیب

- تین میں آنا / سوچی ڈرائی رو سٹ کریں۔
- دوسرے تین میں پانی آپالیں۔
- گرم مکی میں الائیچی پاؤڈر ڈال کر دس سیکنڈ کے لیے فرانی کریں۔
- اب آنا / سوچی ڈال کر 8-6 منٹ پکائیں۔ چمچ سے ہلاتے رہیں تاکہ جلے نہ۔
- اٹلے ہوئے پانی میں چینی کس کریں۔ چینی گھلتے ہی یہ پانی آنے / سوچی میں کس کر دیں۔
- چمچ سے ہلاتے ہوئے تاکہ گھٹلیاں نہ بنیں۔
- اب کھویا، کشمش اور زعفران ڈال کر پکائیں۔
- چمچ سے ہلاتے ہوئے اتنا پکائیں کہ مکی چھوڑنے لگے۔
- چمچ سے انار کا جوس یا سرونگ کھس میں نکالیں۔
- بادام اور زعفران سے سجا کر سرو کریں۔





کیونکہ خوشیوں کے رنگ دیواروں کے رنگ سے زیادہ قیمتی ہوتے ہیں



COLORS OF HAPPINESS

www.happilacpaints.com www.facebook.com/happilacpaints

momentum 360



ترکیب

- بین میں مکھن گرم کر کے پیاز، نمائز، مٹر، قیہ، ہری مرچ اور دھنیا شامل کر کے 2-3 منٹ بھونیں۔
- پھر نمک اور سرخ مرچ مکس کر کے چولھے سے اتار لیں۔
- اب اس میں سویٹ کارن بھی مکس کر لیں۔
- ایک **DAWN** پراٹھے کے درمیان میں ایک چمچ مایونیز پھیلائیں پھر تھے کا آمیزہ ڈالیں۔
- پھر رول کر لیں، باقی **DAWN** پراٹھے بھی یوں ہی رول کریں۔
- چائے یا چٹنی کے ساتھ سرو کریں۔
- اگر چاہیں تو پراٹھا، مایونیز اور قیہ الگ الگ سرو کریں۔

اجزاء

- | | |
|--------------------|-------------------|
| پراٹھا DAWN | 2-3 عدد (تقریباً) |
| مٹر | 1/2 کپ (اٹالیں) |
| قیہ (آلہ) | 1 کپ |
| سویٹ کارن (ن) | 1/2 کپ |
| مایونیز | 1/2 کپ |
| پیاز | 1 عدد (چوڑا) |
| نمائز | 1 عدد (چوڑا) |
| ہری مرچ | 1 عدد (چوڑا) |
| مکھن | 2 کھانے کے چمچ |
| نمک | حسب ذائقہ |
| سرخ مرچ پاؤڈر | حسب ذائقہ |
| برادھنیا (چوڑا) | 1 کھانے کا چمچ |





RAMADAN MAZEDAAR, VARIETY SHANDAAR!



www.dawnbread.com /dawnbreadofficial @dawnbread



عید مبارک

کوکب



اسپاکی سمو ساجاٹ



ترکیب

- گرم آئل میں سمو سے فرائی کر لیں۔
- دہی میں کریم شامل کر کے پھینٹ لیں۔
- اب چائے مصالحہ، نمک اور سرخ مرچ پاؤڈر شامل کر کے مکس کریں۔
- پھر آلو، نمائش، پیاز، پھلکیاں اور ہر ادھنیہ شامل کر دیں۔
- پلیٹ میں نکال کر اوپر تیار سمو سے رکھیں۔
- افطاری میں سرو کریں۔

اجزل

- | | |
|-----------------------------|-----------------|
| 5-7 عدد | سموسا |
| فرائی کر کے | آئل |
| 2 کپ | دہی |
| 1 عدد (کات لیں) | نمائش |
| 1 عدد (کات لیں) | پیاز |
| 1 1/2 چائے کاجج | چائے مصالحہ |
| 1 کھانے کاجج | ہر ادھنیہ (پنڈ) |
| 1 چائے کاجج | نمک |
| 1 عدد (آہل کات لیں) | آلو |
| 1 کپ (گرم پانی میں دم کریں) | پھلکیاں |
| 1/2 کپ | کریم |
| 1/2 چائے کاجج | سرخ مرچ پاؤڈر |





Ramadan mazedaar, Discount shandaar!

Introducing Priceless Discounts/Offers this Ramadan.

Rs. 10 off on Regular Packs

1st
Ashra

- ▶ Chicken Samosa
- ▶ Chicken Spring Roll
- ▶ Vegetable Samosa
- ▶ Vegetable Spring Roll
- ▶ Vegetable Samosa
- ▶ Chicken Shami Kabab

Product Offering on Economy Packs

- ▶ Free Dawn Foods Frozen Naan Pack with Chicken Seekh Kabab
- ▶ Free Dawn Foods Frozen Naan Pack with Chicken Chapli Kabab

2nd
Ashra

Rs. 20 off on Economy Packs

3rd
Ashra

- ▶ Chicken Burger Patties
- ▶ Chicken Nuggets

www.dawnfrozenfoods.com

[f/dawnfoods](https://www.facebook.com/dawnfoods)

[@dawnfoodspk](https://twitter.com/dawnfoodspk)



عید مبارک

کوکب



میبلن سٹریس پیچ

اجزاء

- تربوڑ (تھال کٹ لیں) : 2 کپ
خربوزہ (میبلن کٹ لیں) : 1 کپ
گریپ فروٹ : 1 عدد (میبلن کٹ لیں)
لیمون کارس : 1 کھانے کا چمچ
شہد : 2 کھانے کے چمچ
پودینہ (پتے) : 1 کھانے کا چمچ
آئس کیوبز : حسب ضرورت
لیمن سلائس : گارنشنگ کے لیے
پودینہ (پتے) : گارنشنگ کے لیے

ترکیب

- تربوڑ، خربوزہ، گریپ فروٹ اور پودینے کے پتے بلینڈ کر لیں۔
- شہد، لیمون کارس اور آئس کیوبز ڈال کر مزید بلینڈ کریں۔
- سرونگ گلاس میں آئس کیوبز، پودینے کے پتے اور لیمن سلائس ڈالیں۔
- اب جوس ڈال دیں۔
- لیمن سلائس گلاس کے کنارے پر سجا کر ڈھنڈا اٹھنڈا سرو کریں۔

NOVA
GLASSWARE



کشمیری سرچ بوٹی

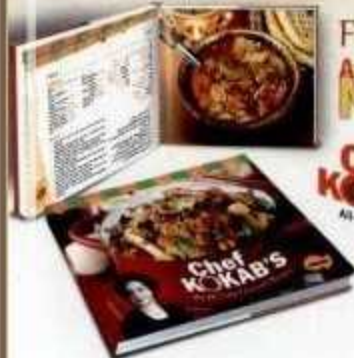
اجزاء

- بلدی پاؤڈر : 1/2 چائے کا چمچ
زیرہ پاؤڈر : 1/4 چائے کا چمچ
میتھی دانہ : 1/8 چائے کا چمچ
دارچینی : 1/2 چمچ کا کلڑا
سبز الائچی : 1 عدد
لونگ : 2 عدد
ہری مرچ : 2-3 عدد (پہنڈ)
نمک : حسب ذائقہ
آئل : حسب ضرورت
پودینہ (پتے) : 1 کھانے کا چمچ
لائم (سلائس) : 3-4 عدد
اونین رنگز : چند عدد
- 1 کلو (2 کپ کے کیچڑ) : 1 کلو (2 کپ کے کیچڑ)
3 جوے (پہنڈ) : 3 جوے (پہنڈ)
2 کھانے کے چمچ : 2 کھانے کے چمچ
1/2 چائے کا چمچ : 1/2 چائے کا چمچ
1/2 چائے کا چمچ : 1/2 چائے کا چمچ
1 کھانے کا چمچ : 1 کھانے کا چمچ
2 کھانے کے چمچ : 2 کھانے کے چمچ
3 کھانے کے چمچ : 3 کھانے کے چمچ
3 کھانے کے چمچ : 3 کھانے کے چمچ
1 چائے کا چمچ : 1 چائے کا چمچ
3 چائے کے چمچ : 3 چائے کے چمچ
1/2 چائے کا چمچ : 1/2 چائے کا چمچ

ترکیب

- چکن پر 1/2 چائے کا چمچ نمک، اورک، لہسن اور لیمون کارس لگا کر کرک 15 منٹ کے لیے رکھ دیں۔
- سبز الائچی، ثابت دھنیا، کالی مرچ، میتھی دانہ، دارچینی اور لونگ کو گراؤنڈ کر لیں۔
- یہ دانے دار کچھر ہونا چاہیے، پاؤڈر نہ بنائیں۔
- یہ کچھر دی میں کس کر لیں۔ اب زیرہ، بلدی، کشمیری سرچ مرچ، ہرا دھنیا، ہری مرچ، گھی اور پودینہ بھی کس کر لیں۔
- پھر اس میں چکن شامل کر کے کم از کم دو گھنٹے کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- اسکیورز میں چکن پروڈکٹوں پر سینک لیں یا گرل کر لیں۔
- سرونگ پلیٹ میں نکال کر گارنشنگ کریں اور گرین چٹنی کے ساتھ سرو کریں۔





Free Delivery
Available
NOW

Chef KOKAB'S
All-Time Favourite Recipes

ترکیب

- فورک یا چھری کی مدد سے چکن کے ریشے کر لیں۔
- ٹاکوز کو بیسٹ پر دی گئی ہدایات کے مطابق گرم کریں۔
- چکن میں پیاز، ٹماٹر، ایووکاڈو، آئس برگ اور کٹھی کریم مکس کر لیں۔
- یہ کچھر ٹاکوز کے درمیان میں رکھیں۔
- سوس کے ساتھ سرو کریں۔

ٹاکوز میں فلٹنگ کے لیے ہجاءوا چکن، سیلڈ استعمال کیا جاسکتا ہے۔
اس سے نہ صرف کھانا شائع ہونے سے بچ جائے گا بلکہ ایک نئی خوش
بھی تیار ہو جائے گی۔

غید مبارک

فرینچ چکن ٹاکوز

کوکب



اجزاء

1 کپ :	چکن (پاکر)
4 عدد :	ٹاکوز
2 عدد (کات لیں) :	بے ٹی ٹماٹو
1 عدد (بچہ) :	ایووکاڈو
4-5 عدد (کات لیں) :	آئس برگ (بچہ)
2 عدد (ہارک سٹائٹس) :	ہری پیاز
1/2 کپ :	کٹھی کریم

MENU



Inspired by Nature



رمضان كريم

COLORS OF BLESSINGS

Cherish the blessings showered in the three ashra's of Ramadan and celebrate the colors of the holy month with Brighto paints.

IAI, Shalchi & Shalchi

Brighto
PAINTS

Toll Free 08000-1973

www.brightopaints.com

f brighto.paints



نونهال بیریل گریپ ووتر

اب نئے ڈیزائن اور جدید SAFE پیکنگ میں



پائپر پروف کیپ۔ اب زیادہ SAFE



PET بوتل۔ ٹوٹ چھوٹ سے محفوظ



پیکلے سے زیادہ مقدار میں





Biscuits & Wafers With Absolute Purity & Freshness



M A Food Industries (Pvt.) Ltd. 5 km Arifwala Road, Sahiwal, Pakistan.
| Ph: 0092 4044 60680-7 | Fax: 0092 4044 60688 | www.bakersland.com.pk



تھانی بیکڈ چکن

اجزاء

10-8 عدد :	چکن
1 کھانے کا چمچ :	سویا سوس
1/2 کپ :	ٹماٹو چمپ
1 کھانے کا چمچ :	شہد
2 کھانے کے چمچ :	لیموں کا رس
2 کھانے کے چمچ :	آئل
1 چائے کا چمچ :	سفید مرچ پاؤڈر
1/2 چائے کا چمچ :	گہنی کالی مرچ
1 عدد :	انڈا (سلپی)
حسب ذائقہ :	نمک
1 عدد (لپے سائس) :	کھیرا
1 عدد (لپے سائس) :	گاجر
4-5 عدد :	سلاڈ پتا
1 کپ :	وائٹ سوس

ترکیب

- چکن اور آئل کے علاوہ تمام اجزاء اچھی طرح مکس کر لیں۔
- اب چکن شامل کر کے 2 گھنٹے کے لیے پڑا رہنے دیں۔
- ہیکنگ بین کو آئل سے برش کریں۔
- چکن رکھ کر 180°C پر 20-30 منٹ کے لیے بیک کر لیں۔
- سرونگ پلیٹ میں سلاڈ پتا پھیلا لیں۔ سائینڈ پر چکن، کھیرا اور گاجر رکھیں۔
- سوس کے ساتھ سرو کریں۔

شیف مدھر



عید مبارک

فالسہ سمودی

اجزاء

2 عدد (مچل کر فریز کر لیں) :	کیلا
1 کپ (فرزن) :	فالسہ / بلیک بیریز
1 چائے کا چمچ :	اورک (چوڑا)
1/2 کپ :	اپیل جوس
1 کپ :	دہی
حسب ضرورت :	آئس کیوبز
1 کھانے کا چمچ :	لیموں کا رس
1 کھانے کا چمچ :	شہد

ترکیب

- کیلا، فالسہ / بلیک بیریز اور اورک پلینڈ کر لیں۔
- اپیل جوس اور دہی مکس کر کے مزید پلینڈ کریں۔
- اب شہد، لیموں کا رس اور آئس کیوبز ڈال کر تھوڑا اور پلینڈ کریں۔
- گارنیشنگ کر کے سرو کریں۔







شیف مدھر

عید مبارک رائس اینڈ پیپر کباب

اجزاء

2 کپ :	چاول (ایک ہلے)
1/3 کپ :	بریڈ کریمز
1/2 کپ :	موزریلا چیز (کیوز)
1 عدد :	سرخ شملہ مرچ
1 عدد (پہ پ) :	ہری مرچ
1 عدد :	پیلی شملہ مرچ
5-6 عدد :	فوسل لیوز
4 کھانے کے چمچ :	پارمین چیز (پہ پ)
3 کھانے کے چمچ :	چیڈر چیز (پہ پ)
1/2 چائے کا چمچ :	ریڈ چلی فلکس
حسب ذائقہ :	نمک
فرانگ کے لیے :	آئل

کوئنگ کے لیے

1 کپ :	بریڈ کریمز
1 کپ :	آئل

ترکیب

- شملہ مرچوں کو آئل سے برش کر کے پہلے سے 180°C پر گرم آئل میں اتنا بیک کریں کہ بیرونی چھلکا ڈھیلا اور ہلکا سا ہوا جائے۔
- چھلکا اتار کر کائیں اور بیج نکال کر چوب کر لیں۔
- ایک باؤل میں چاول ڈال کر ہاتھ کی مدد سے میش کر لیں۔
- اب بریڈ کریمز، پارمین، چیڈر، ہری مرچ، ریڈ چلی فلکس، فوسل لیوز اور نمک ڈال کر اچھی طرح مکس کریں۔
- اگر یہ سچر زیادہ گاڑھا ہو تو تھوڑا سا پانی شامل کر سکتے ہیں۔
- اب اس میں شملہ مرچ مکس کر لیں۔
- اس سچر کو دو برابر حصوں میں تقسیم کر لیں۔
- ہر حصے کے درمیان میں موزریلا چیز کیوب رکھ کر دو بارہ فولڈ کریں۔
- اب 30 منٹ کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- پھر نکال کر پہلے دو حصے میں ڈپ کریں پھر بریڈ کریمز میں رول کریں۔
- یہ عمل دو بارہ ہر ایک میں۔
- اب آئل گرم کر کے کباب شلیو فرائی کر لیں۔
- تیار ہونے پر پکچپ کے ساتھ سرو کریں۔





BIO AMLA SHAMPOO

Pakistan's Largest Selling Herbal Shampoo

پاکستان کا برگھر۔۔۔ کرے لمبے بالوں پہ فخر

”بال لمبے ہوں تو ہر سائل Suit کرتا ہے“

اور لمبے بالوں کیلئے ایک ہی شیمپو

بائیو آملہ

کیونکہ ہے بالوں کا معاملہ...



<http://www.forvilcosmetics.com>
Bio Help Line 0800 00028





چکن ہاٹ پاٹ



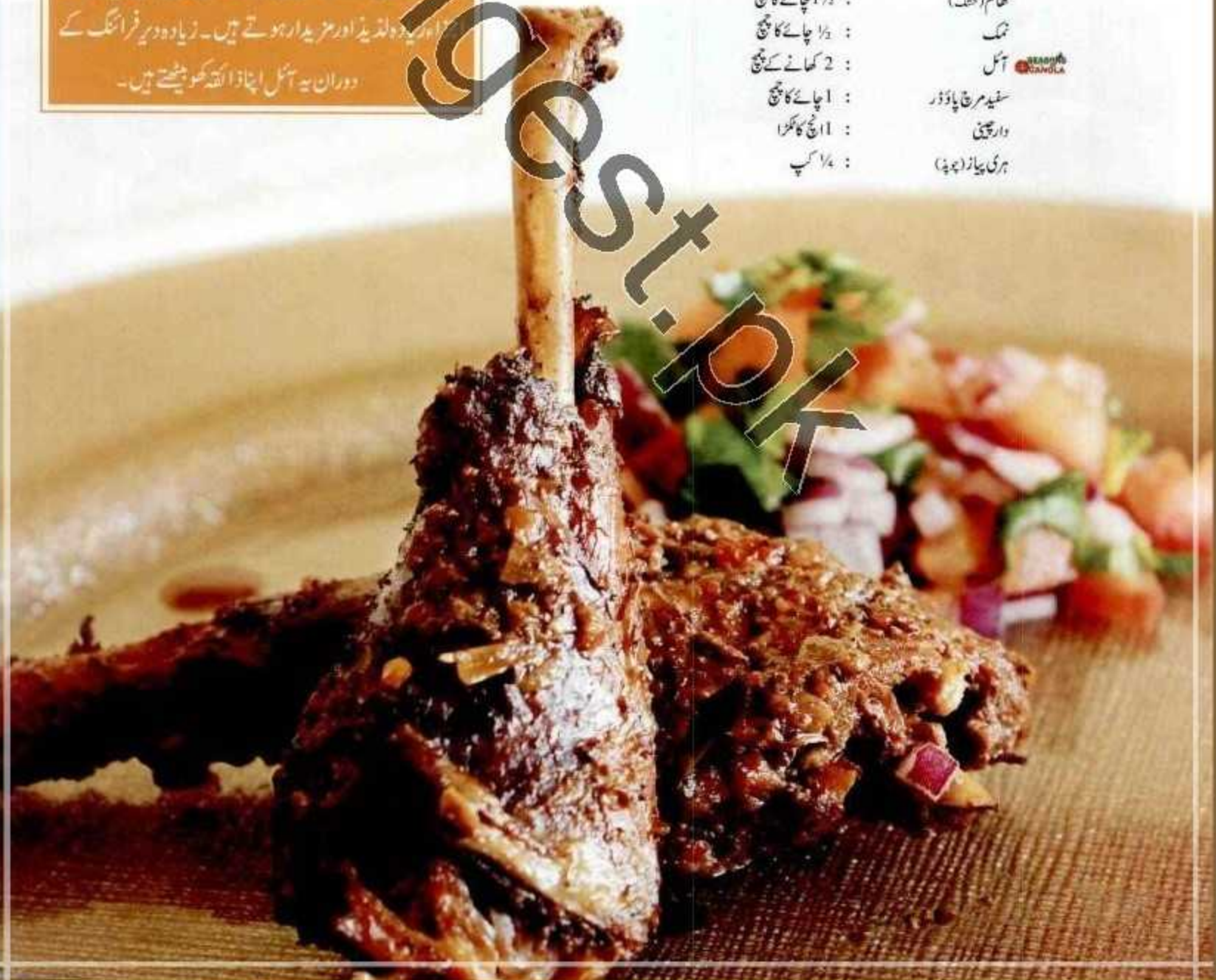
اجزاء

6-5 عدد	دہلی چکن (ہب ہر)
1/2 کپ	لیموں کا رس
1/2 چائے کا چمچ	نمک
فرانگ کے لیے	کھن
1 عدد (چوڑا)	ٹماٹر
1 عدد (چوڑا)	پیاز
4-5 عدد	ہری مرچ
1 چائے کا چمچ	ثابت وحنا
1 چائے کا چمچ	گرم مصالحہ
1 1/2 چائے کا چمچ	تھام (ہب)
1/2 چائے کا چمچ	نمک
2 کھانے کے چمچ	آئل
1 چائے کا چمچ	سفید مرچ پاؤڈر
1 1/2 کھانے کے چمچ	دارچینی
1/4 کپ	ہری پیاز (چوڑا)

ترکیب

- چکن پر لیموں کا رس اور نمک لگا کر کم از کم ایک گھنٹے کے لیے پڑا رہنے دیں۔
- میری نیشن کے تمام اجزاء اکٹھے کر اسٹڈ کر لیں۔
- اب چکن میں شامل کر کے دو گھنٹے کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- تین میں کھن گرم کریں اور چکن شامل کر کے پکائیں۔
- تیار ہونے پر نمک کے ساتھ سرو کریں۔

نوٹ: اس اور اولیو آئل کی نسبت کھن میں فراہمی کیے ہوئے اجزاء زیادہ لذیذ اور مزیدار ہوتے ہیں۔ زیادہ دیر فرانگ کے دوران یہ آئل اپنا ذائقہ کھو بیٹھتے ہیں۔



Goldenpearl

Beauty Forever



Daily
Face Wash



100%
Oil Control

Daily Face Wash

For Neat, Clean & Fresh Skin

Golden Pearl Cosmetics-Pakistan
www.goldenpearl.com.pk E-mail: info@goldenpearl.com.pk



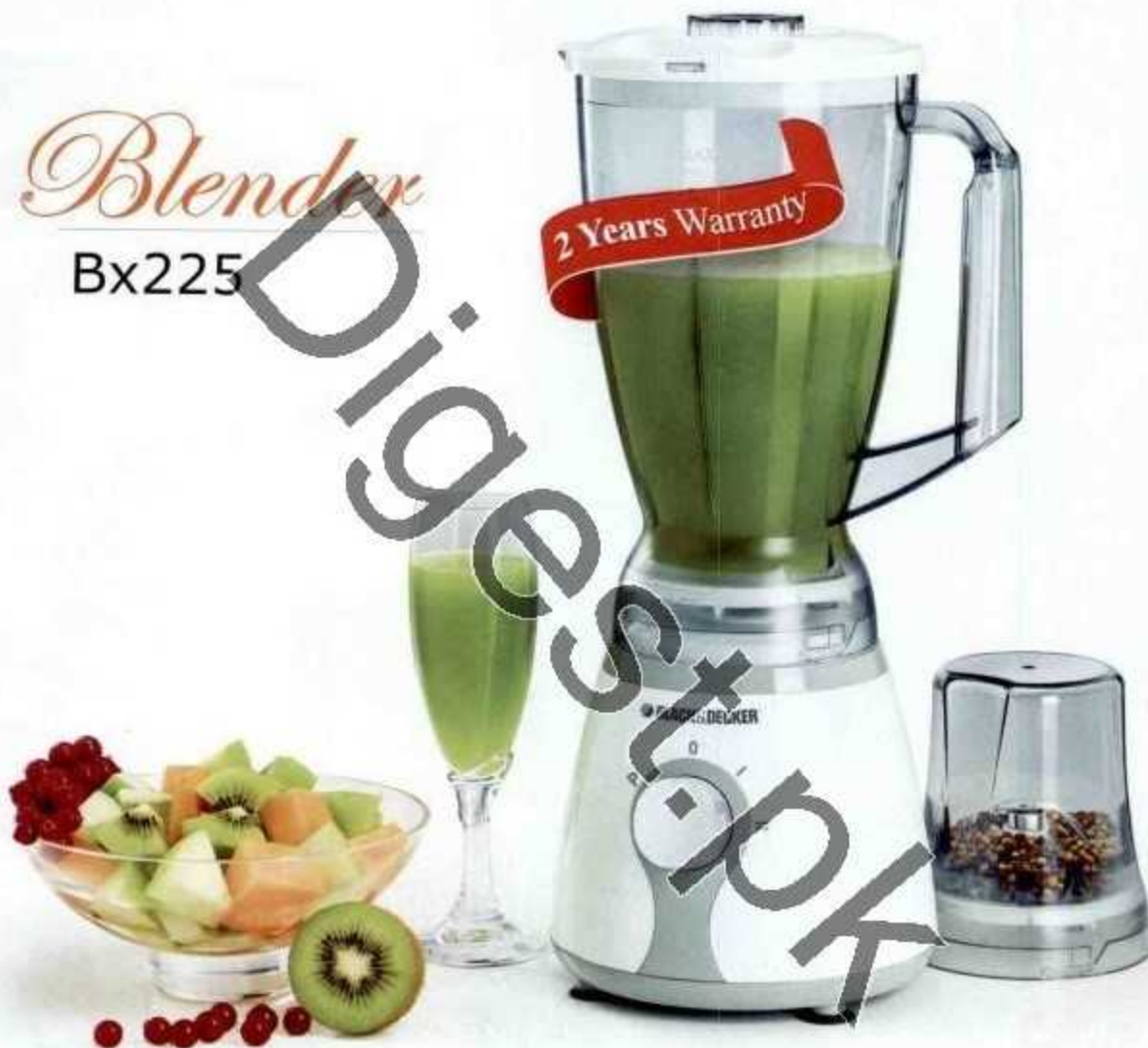
BLACK & DECKER®

Household Appliances

Blender

Bx225

2 Years Warranty



We Make Your Life Easier



CJ750



FX400

Hyperstar



METRO

Raja Sahib
SHOPPING MALL

RUBA Digital

Imtiaz
THE SHOPPING SOLUTION

Greenvalley
Premium Supermarkets

Naheed
Supermarket



Al-Farah

HKB
Karam Bazar

FARIDS



habitt



BLACK[®] ROSE *Supreme*

HAIR COLOR
with
Silicon Conditioner



also available in
different shades

- | | | |
|----------------|---------------|-----------------------|
| 1 BLACK | 2 BROWN BLACK | 3 DARK BROWN |
| 4 MEDIUM BROWN | 5 LIGHT BROWN | 6 DARK MOHAGNY BLONDE |

Mammatan Leo Burnett



anhaar
Pure Desi Ghee

اچار پراٹھا

اجزاء

حسب ضرورت :

- انہار دہی گھی
- ڈو کے لیے
- 1 کپ : حنڈم کا آنا
- حسب ضرورت : پانی
- 1/2 چائے کا چمچ : نمک
- فلنگ کے لیے
- 1 عدد (چوڑا) : شملہ مرچ
- 1 عدد (چوڑا) : پیاز
- 1 عدد (چوڑا) : ہری مرچ
- 1 چائے کا چمچ : اچار مصالحہ
- 1/2 چائے کا چمچ : سرخ مرچ پاؤڈر
- حسب ذائقہ : نمک

ترکیب

- آٹے میں نمک کس کر کے پانی ڈال کر گوندھ لیں۔
- اب گیلیے کپڑے سے ڈھانپ کر تھوڑی دیر کے لیے رکھ دیں۔
- فلنگ کے تمام اجزاء کس کر لیں۔
- ڈو کے چار برابر پیڑے بنالیں۔ پھر رولنگ بورڈ پر ریل لیں۔
- درمیان میں برابر مقدار میں فلینگ رکھیں اور فلوڈ کر کے دوبارہ پیڑا بنا کر بنالیں۔
- تو گرم کر کے اس پر anhaar دہی گھی پھیلائیں اور اوپر نیلی ہوئی روٹی ڈال دیں۔
- ایک طرف سے پک جائے تو سائڈ پلٹ کر مزید anhaar دہی گھی لگا کر پکائیں۔
- تیار ہونے پر توڑے سے اسٹار لیں۔
- اچار اور دہی کے ساتھ سرو کریں۔



شیف مدھر



چاکلیٹ کریم کیک

اجزاء

- کوئنگ چاکلیٹ (بکلا لیں) : 1 کپ
- نکھن (بکلا لیں) : 1 کپ
- کریم (سٹیل ہوئی) : 1 کپ
- انڈا : 2 عدد (چھین لیں)
- میدہ : 1/2 کپ
- براؤن شوگر : 1/2 کپ
- چینی : 1/2 کپ
- گوکوپاؤڈر : 2 کھانے کے چمچ
- نمک : چٹکی بھر
- جیرے : گارڈنگ کے لیے

ترکیب

- چاکلیٹ، نکھن، چینی، براؤن شوگر، نمک، گوکوپاؤڈر اور انڈے اچھی طرح کس کر لیں۔
- اب اس میں آہستگی سے میدہ شامل کر کے کس کر لیں۔
- بیکنگ ٹرے پر بٹر پیپر لگا کر یہ کیکر ڈالیں اور پہلے سے 180°C پر گرم اوون میں 35-40 منٹ تک بیک کر لیں۔
- تیار ہونے پر درمیان سے کٹ کر کریم لگا لیں۔
- کریم اور چیری سے سجا کر سرو کریں۔



anhaar

Pure Desi Ghee

Blessed with purity
For real.



Goodness of Pure Desi Ghee

- Strengthens muscles, nourishes skin and improves complexion
- Ideal for cooking, making traditional desserts and garnishing
- Complements parathas, rotis and other bakery items
- 1 spoon a day keeps you fit, strong and active
- A traditional product rich in Vitamin A, D, E & K
- Helps maintain a healthy digestive system
- Provides energy and vitality to your body
- Has a rich aroma and grainy texture

042-111-264-227

www.anhaar.com.pk

f AnhaarMilk

رحمت ہے رمضان اپنا رمضان کیسے گزاریں؟ کتاب پر ایک نظر

روزے کا یہ وصف حمید ہے کہ اس سے انسان میں روحانی قوت بڑھ اور جسمانی پس ماندگی دور ہو جاتی ہے۔ روزہ تمام مذاہب کا حصہ ہے لیکن اسلام میں روزے کی انتہائی ترقی یافتہ اور مظهر شکل پائی جاتی ہے۔

رمضان المبارک کا یہ اعجاز ہے کہ یہ تمام سال میں سے مقدس ترین گردانا جاتا ہے۔ بے پناہ رحمتوں کے خزانے کھول دیے جاتے ہیں اور اللہ تعالیٰ جو ہر انسان کی شہرگ سے بھی زیادہ قریب ہے، ہر نیکو کار کو خطا کار کے اور قریب آکر اسے درجات و مغفرت عطا کرتا ہے۔ رمضان المبارک کی یہ مسلمہ صداقت ہے کہ اس کی اہمیت و حیثیت کا نہ صرف مسلمان بلکہ غیر مسلم طبقہ بھی معترف ہے کہ اس ماہ مبارک میں ہمیں بدل دینے، خطاؤں سے روکنے اور عبادات کی طرف راغب کرنے کی بدرجہ اتم صلاحیت موجود ہے۔

ماہ مکمل، رمضان المبارک سے ہر ممکن استفادہ کے لیے جہانگیر بکس نے ایک جامع کتاب پیش کی ہے۔

رحمت ہے رمضان

اپنا رمضان کیسے گزاریں؟

یہ کتاب رمضان المبارک کا مختصر گھر مکمل انسائیکلو پیڈیا ہے۔ اس میں دعائیں، اوراد، وظائف اور تسبیحات بیان کی گئی ہیں۔ اس ضمن میں یہ کتاب تین ابواب: عشرہ رحمت، عشرہ مغفرت اور عشرہ نجات میں منقسم ہے۔ یوں قارئین کے لیے مخصوص اوقات کی مخصوص و مطلوب عبادات تک رسائی آسان ہو گئی ہے۔

کتاب ”رحمت ہے رمضان“ میں رمضان کے تمام تشریفی مسائل، روزے، عشر و نصاب، فطرانہ، روزے کی اہمیت و اطلاق، ذکر لیلۃ القدر اور روزے کے دیگر جملہ مسائل جو بچوں سے لے کر بوڑھوں تک کے معاملات کا احسن طریق سے احاطہ کرتے ہیں، بھی مفصل موجود ہیں۔ اہتمام حجت کے طور پر کتابیات کا حوالہ بھی دیا گیا ہے۔

”رحمت ہے رمضان“ میں ایک باب اسمائے حسنة کا بھی ہے۔ جس میں ان اسماء کا بیان فضائل موجود ہے۔ کتاب کا اسلوب و ترتیب اس قدر دلچسپ ہے کہ کتاب ان عبادات کو رمضان کے بعد بھی جاری و ساری رکھنے میں مدد و معاون ثابت ہوگی۔

”رحمت ہے رمضان“ میں موجود عربی متن کے ساتھ اردو ترجمہ بھی موجود ہے۔ یوں قارئین قلب منیر کے ساتھ عبادات کر سکیں گے کہ نجی ہونے کے باوجود مفہوم کا بھی مکمل ادراک رکھیں گے۔ عربی متن کے سلسلے میں حد درجہ احتیاط برتتے ہوئے محکمہ اوقاف پنجاب کے رجسٹرار اور مستند پروفیسر ریڈر کی خدمات حاصل کی گئی ہیں۔

قصہ مختصر، کتاب کیا ہے، رحمت ایزدی کے انوار ہی صفحات میں سمو دیے گئے ہیں۔

رحمتوں کے دروازے کھولنے
والی راہنما کتاب

رحمت ہے رمضان
اپنا رمضان کیسے گزاریں؟

آسیہ فیاز

دُعائیں

تینوں عشرے

زکوٰۃ مع نصاب

اوراد و وظائف

تسبیحات

اعتکاف

طاق راتیں

فطرانہ

اسمائے حسنة

متفرق مسائل

91

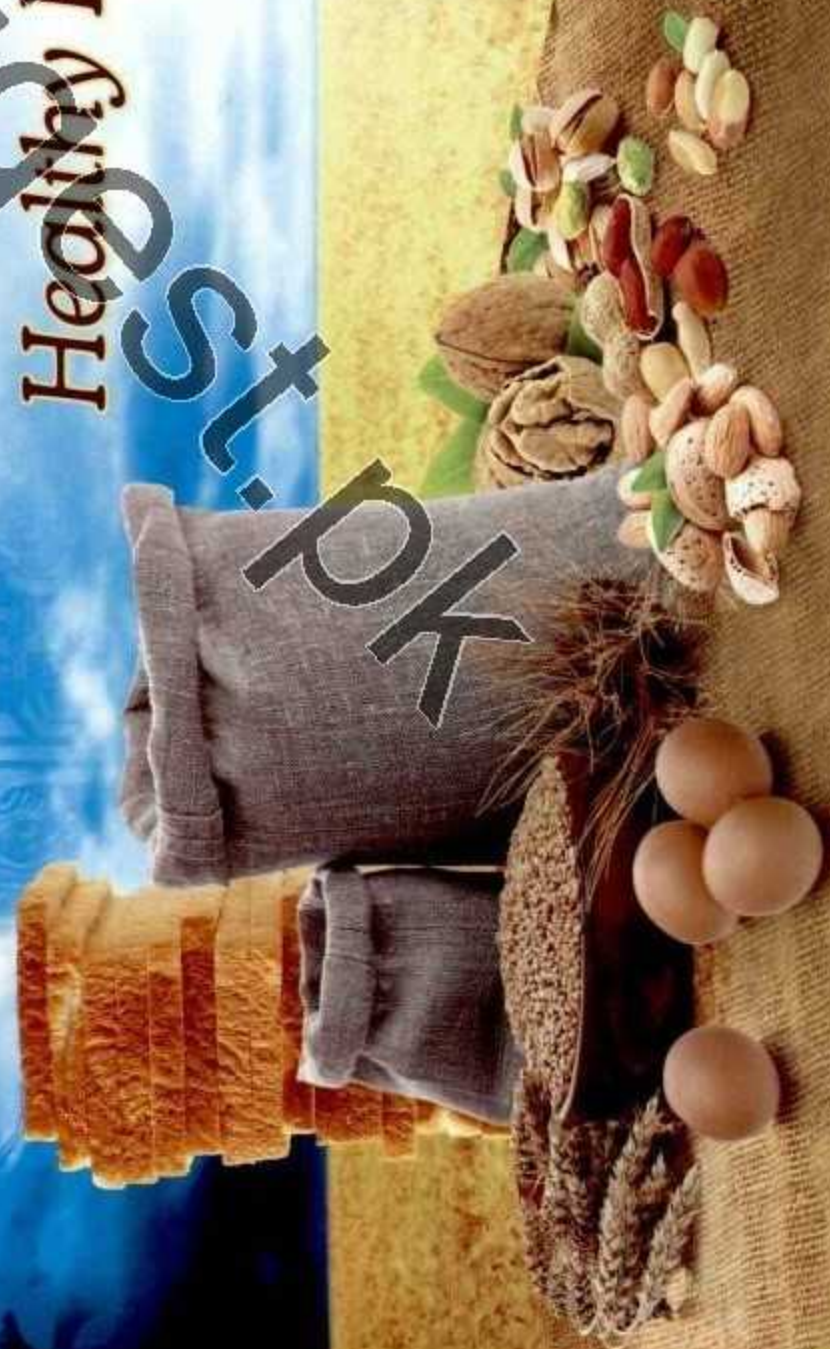
Published by
Jahangir Books

آج ہی اپنے قریبی
بک شال سے طلب فرمائیں

BUNNY'S[®]

QUALITY IS OUR MAJOR INGREDIENT

*Wishing all a
Healthy Ramazan*





عید مبارک

شیف عدیل



بے بی پوٹینوز دہریز

اجزاء

12-15 عدد	بے بی پوٹینوز
3 کھانے کے کچے	لیمونس کارس
2 کھانے کے کچے	ہرا دھنیا (پتے)
3 کھانے کے کچے	کھن
1 چائے کا کچے	ریڈ چلی ٹیلیس
1 چائے کا کچے	کالی مرچ پاؤڈر
1 چائے کا کچے	روز میری (نک)
1/2 چائے کا کچے	تھانم (نک)
حسب ذائقہ	نمک

ترکیب

- گرم پانی میں نمک شامل کر کے آلو تھوڑے سخت اُبال لیں۔
- پھر ان کا چھلکا اتار لیں۔
- چن میں کھن گرم کر کے اُبلے ہوئے آلو سائے کریں۔
- اب باقی تمام اجزاء کس کر کے 1-2 منٹ مزید سائے کریں۔
- تیار ہونے پر سرونگ پلیٹ میں نکال کر ہر سے دھوئیں سے نکالیں۔
- پسندیدہ ڈینگ کے ساتھ سرو کریں۔

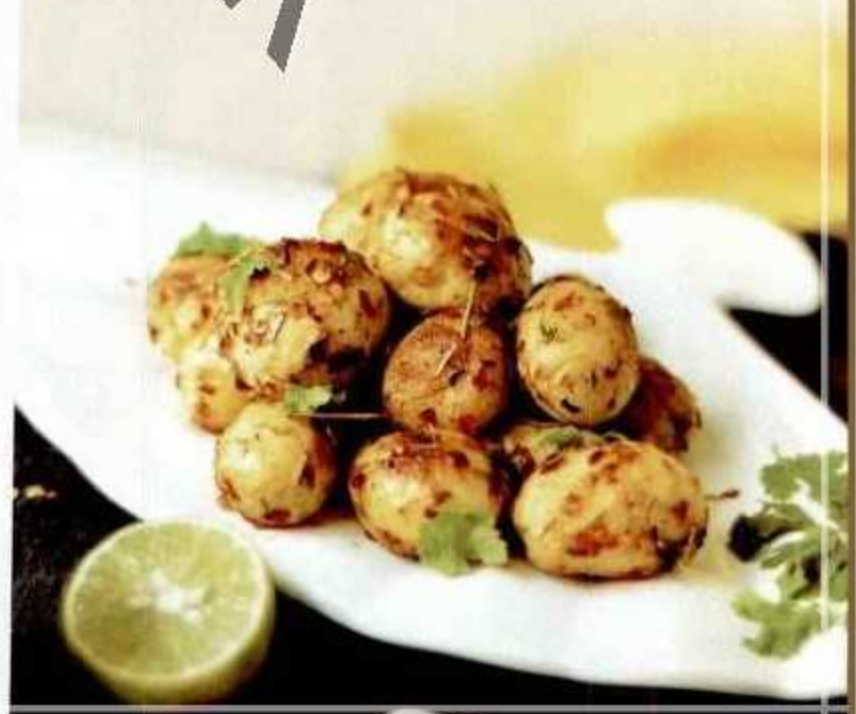
پشاور کی گوشت

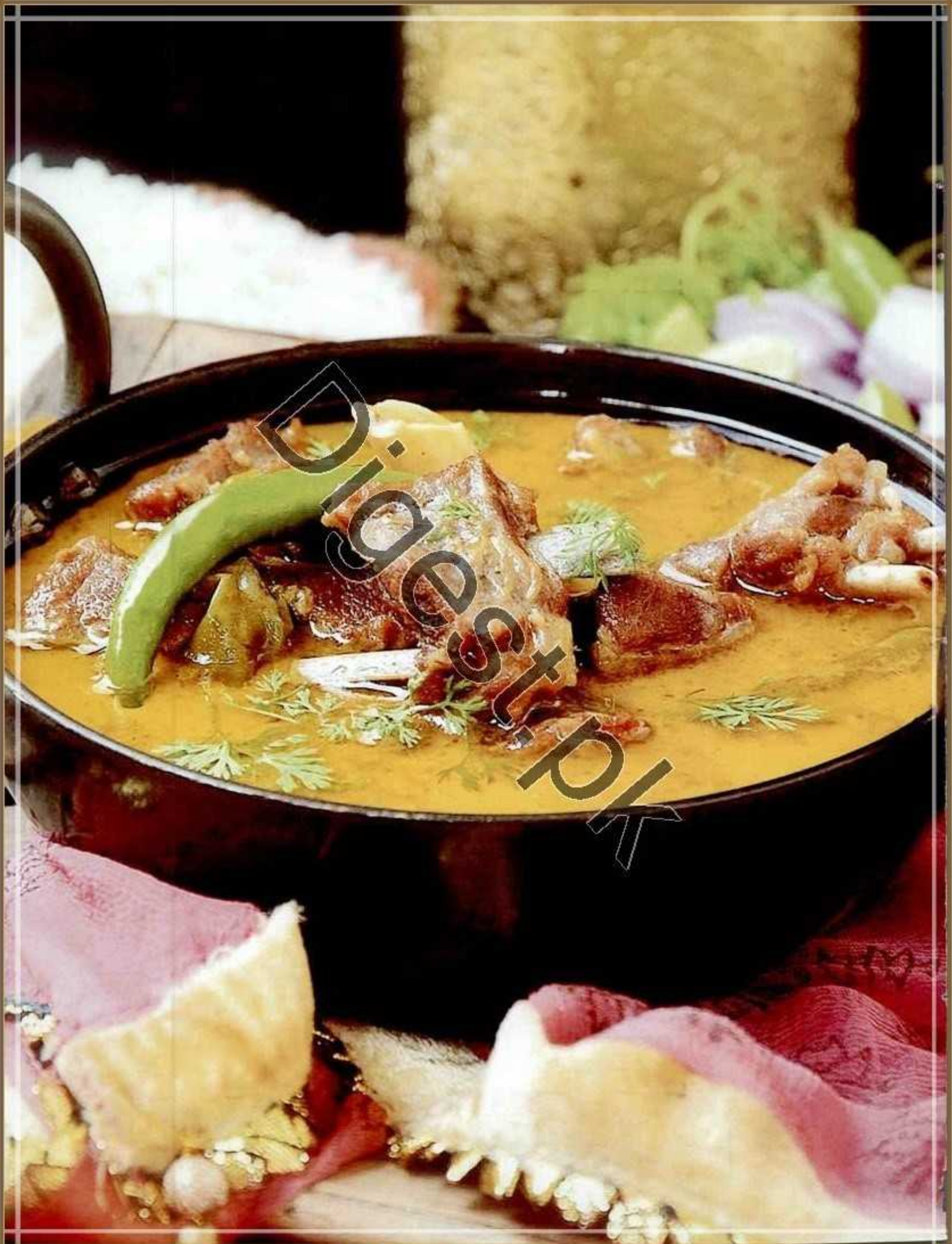
اجزاء

1 کلو	مٹن
3 عدد	ہری مرچ
3 عدد (ہڈی)	پیاز
1 کھانے کا کچے	کاجو پیسٹ
1 کھانے کا کچے	کھن
1 کھانے کا کچے	ہرا دھنیا (پتے)
2 کھانے کے کچے	ادرک (ہولین)
8 جوے (ہڈی)	لہسن
400 گرام	دہی
1 چائے کا کچے	کالی مرچ پاؤڈر
1 چائے کا کچے	سفید مرچ پاؤڈر
1 1/2 چائے کا کچے	گرم مصالحہ پاؤڈر
1/2 کپ	کریم
حسب ضرورت	آئل
حسب ذائقہ	نمک

ترکیب

- چن میں آئل گرم کر کے پیاز فرائی کریں۔
- مٹن شامل کر کے تیز آگ پر براؤن ہو جانے تک بھونیں پھر ادرک اور لہسن کس کریں۔
- آگ بجلی کر کے دہی کس کر کے تقریباً 20 منٹ تک پکائیں۔
- سفید، کالی مرچ پاؤڈر، گرم مصالحہ پاؤڈر، کاجو پیسٹ اور نمک کس کر کے 2-3 منٹ پکائیں۔
- دو کپ پانی کس کر کے ڈھک کر بجلی آگ پر گوشت گل جانے تک پکائیں۔
- کریم اور کھن کس کر کے 2-3 منٹ پکا کر چھوٹے سے اتار لیں۔
- ہری مرچ اور دھنیا سے سجا کر گرم گرم سرو کریں۔







عید مبارک



قصوری مٹھی مرغ

شیف عدیل



ترکیب

- چکن پر قھوڑا سا نمک، لیموں کا رس اور کالی مرچ پاؤڈر لگا کر 30 منٹ کے لیے پڑا رہنے دیں۔
- قصوری مٹھی کو گرم تیل پر ڈرائی روست کر کے چوپ کر لیں۔
- تین میں 1/2 کپ مٹھی گرم کر کے ثابت کالی مرچ، دارچینی، سبز الائچی، بڑی الائچی اور لونگ کڑکڑائیں۔
- اب پیاز شامل کر کے فرائی کریں۔
- پھر چکن شامل کریں اور قھوڑا لگ جانے تک پکا لیں۔
- اورک لہسن پیسٹ اور ٹماٹر ڈال کر پانی خشک ہو جانے تک پکا لیں۔
- پھر سرخ مرچ پاؤڈر، دھنیا پاؤڈر اور ہلدی کس کریں۔
- کھویا اور دہی اچھی طرح مکس کر لیں، پھر چکن میں شامل کر دیں۔
- اب 1/2 کپ پانی، نمک اور گرم مصالحہ پاؤڈر شامل کر کے ڈھک کر ہلکی آگ پر پکا لیں۔
- چکن گل جانے تو فریش کریم، قصوری مٹھی اور ہری مرچ کس کر کے چولھے سے اتار لیں۔
- ہر دھنیا ڈال کر روٹی، نان کے ساتھ سرو کریں۔

اجزاء

بون لیس چکن	500 گرام (کمب)
کھویا	30 گرام
دہی	1/4 کپ
پیاز	1 عدد (چپ)
ٹماٹر	1 عدد (چپ)
بڑی الائچی	2 عدد
سبز الائچی	3 عدد
لونگ	3 عدد
ہری مرچ	5 عدد (درمان سے کاٹ لیں)
ثابت کالی مرچ	5 عدد
لیموں کا رس	1 کھانے کا چمچ
فریش کریم	4 کھانے کے چمچ



نیا اور پہلے سے بہتر

درجا اول پر پیکیج بنائیتی یا کوکٹنگ آئل کے 5 لیٹر بکس
میں چھپے کارڈ کو سکریچ کریں اور قرعہ دوکاندار سے فوری کیش حاصل کریں۔



ہر فورڈ میں ہر فورڈ میں
خوشیوں کو چاہئے...



*Enjoy Your Iftar dinner &
Eid's Appetizing Food,
Cooked in Darja Awal*



نیا اور پہلے سے بہتر



درجہ اول پریمیم بناسپتی یا کوکنگ آئل کے 5 لیٹر بکس میں چھپے
کارڈ کو سرچ کریں اور قریبی دوکاندار سے فوری کیش حاصل کریں۔

ملک گھمی اینڈ کوکنگ آئل ملز لمیٹڈ

9km. Samundari Road, Faisalabad.
Tel: 041-2418112-15, Fax: 041-2418116

پانی پوری

عید مبارک

شیف عدیل

اجزاء

1/2 چائے کا چمچ	ریڑھی چلی فلیکس	1/2 کپ	گندم کا آٹا
1 کھانے کا چمچ	آبل	1/2 کپ	سوئی
3 کھانے کے چمچ	املی ہلپ	گوشت کے لیے	پانی
حسب ذائقہ	نمک	فرائنگ کے لیے	آئل
4 کپ	پانی	1 کپ	آلو (ہل کر ہلپ کر لیں)
1 کپ	ہرا دھنیا (چنے)	1/2 کپ	چنے (لے پے ہوئے)
1/2 کپ	پودینہ (چنے)	1/2 کھانے کا چمچ	دھنیا پاؤڈر
1 چائے کا چمچ	زیرہ	1/2 چائے کا چمچ	زیرہ پاؤڈر (دراستی دوست)
2 چائے کے چمچ	چائے مصالحہ	1/2 چائے کا چمچ	ریڑھی چلی فلیکس
4 کھانے کے چمچ	املی ہلپ	1/2 چائے کا چمچ	چائے مصالحہ
2 کھانے کے چمچ	لیمن جوس	حسب ذائقہ	کالا نمک
1 چائے کا چمچ	کالا نمک	حسب ذائقہ	نمک
2 چائے کے چمچ	چینی	حسب ذائقہ	میٹھی چینی کے لیے
حسب ذائقہ	نمک	1/2 کپ	شکر (چنے)
4 چمچے	لیمن	1 چائے کا چمچ	سولہ (پاؤڈر)
11 چمچ کا کھڑا	ادرک	1 چائے کا چمچ	میٹھی دانہ
2 عدد	ہری مرچ	2 چائے کے چمچ	سرکہ
حسب ذائقہ	یونانی (جس کی چٹنیاں)	1/2 چائے کا چمچ	کالا نمک
حسب ضرورت	آئس کیو بڑ		

ترکیب

- آئل کے علاوہ پوریوں کے تمام اجزاء ہمیں کر کے گوشت کے گوندہ تیار کر لیں۔
- 5 وقت بہت زیادہ گاڑھی ہونے چاہیے۔
- اس میں کا پھڑا لیا کر کے ڈیڑھ انچ مربع سے کھینچ کر لے لیے پڑا رہے ہیں۔
- پھر 4-6 پیڑوں میں تقسیم کر کے باریک کر لیں۔
- سٹیل کے گلاس کی مدد سے پھیلے ہوئے گوندہ کو 2-3 سینی میٹر کے دائروں میں کاٹ لیں۔
- کڑا ہی میں آئل گرم کریں۔ پھر آج بھجی کر کے پھلی ہوئی پوریاں آہستگی سے ڈالنے چاہئیں۔
- پھول کر کرہی اور گولڈن ہو جائیں تو نکال لیں۔
- پیچھا ٹاول پر پھیلا کر خشک کر لیں۔
- اسٹیل کے تمام اجزاء ہمیں کر کے پاؤں میں نکال لیں۔
- چینی کے لیے آئل گرم کریں۔ اس میں میٹھی دانہ کڑا لیں۔
- اب 1/2 کپ پانی ڈال کر پالیں۔
- پھر گوندہ شامل کر کے کھس ہو جانے تک پکا لیں۔
- باقی اجزاء ہمیں کر کے چینی کا ڈھی ہو جانے تک پکا لیں۔
- تیار ہونے پر ریڈیو بھر میں محفوظ کر لیں۔
- کھنے پانی کے لیے پانی، یونانی اور آئس کیو بڑ کے علاوہ تمام اجزاء گرامسڈ کر کے پیسٹ بنائیں۔
- اس پیسٹ میں پانی کھس کر لیں۔
- آئس کیو بڑ ڈال کر یونانی سے سہا لیں۔
- تمام تیار شدہ اجزاء کو الگ الگ پاؤڈر میں سرو کریں۔
- یا پھر پوریوں میں انگوٹھے کی مدد سے سوراخ کریں۔
- ان میں اسٹیل بھر دیں۔
- ایک ایک چائے کا چمچ میٹھی چینی ڈالیں۔
- کھنے پانی کے ساتھ سرو کریں۔

Phool

افطاری کی جان!

پھول چٹنی پاؤڈر
پھول چٹ مصالحہ
پھول خروٹ چٹ مصالحہ
پھول چنا چٹ مصالحہ



Since 1970

A.R. FOODS (PVT) LTD.

32-33 Industrial Triangle Estate, Kahuta Road, Humak, Islamabad, Pakistan.

Tel: +92 51 4490471-4 (4 Lines) Fax: +92 51 4491117

e-mail: arf@arfoods.com.pk www.arfoods.com.pk



/Phool.pk



SHOP ONLINE
http://arfoods.com.pk

FOR RECIPES

Type <Phool>

send SMS to 8227



PAKSOCIETY1



PAKSOCIETY



عید مبارک

روست چکن آلمنڈ اینڈ منٹ

شیف عدیل



اجزاء

پکین	
اولیو آئل	1/2 کلو (بڑے کلاے)
اولیو آئل	2 کھانے کے چمچ
پوینہ (پتہ)	1/4 کپ
بادام	1/4 کپ
لیمون کارن	1/4 کپ
لہسن (پتہ)	1 چائے کا چمچ
کیسٹر شوگر	1 چائے کا چمچ
سی سالٹ	حسب ذائقہ
ٹمپلی کالی مرچ	حسب ذائقہ
گرین لیوز	گارڈننگ کے لیے

ترکیب

- 1/4 کپ اولیو آئل گرم کر کے اس میں چکن فرائی کر لیں۔
- گرم پانی میں بادام ڈبو کر رکھیں۔ چھانکا نرم ہو جائے پرا تار کر بادام چوپ کر لیں۔
- 2 کھانے کے چمچ اولیو آئل میں گرین لیوز کے علاوہ تمام اجزاء کس کر کے ایک منٹ کے لیے پلکے فرائی کر لیں۔
- فرائیڈ چکن ہیکنگ ڈش میں مال کر اوپر تیار کیا ہوا ڈال دیں۔
- اب درمیانے درجہ حرارت پر 10-12 منٹ کے لیے پک کر لیں۔
- گرین لیوز سے جاکر گرم گرم کر دیں۔

سی سالٹ پانی میں ڈال کر سے استعمال کیا جائے تو یہ کیولیسٹرول لیول اور بلڈ پریشر کو کم کر دیتا ہے۔ دل کی دھڑکن کی رفتار کو بھی نارمل رکھتا ہے۔



Golden Pearl

Beauty Forever

آپ جائیں جدھر
ٹھہر جائے نظر



Whitening Soaps

شیف عدیل



کشمیری پلاؤ

عید مبارک

ترکیب

- ایک چین میں ران کی ہڈیاں، تیز پات، بڑی الائچی، سونف، دارچینی اور پانی ڈال کر اپائیں۔ 15-20 منٹ بعد فراٹھ پیاز شامل کر دیں۔
- آدھا پانی خشک ہو جائے تو ہڈیاں الگ کر لیں۔ بھنی تیار ہے۔
- اس بھنی میں چاول، نمک، کالا زیرہ اور سبز الائچی ڈال کر پکائیں۔
- چاول 1 کئی رو ہائیں تو گھی گرم کر کے شامل کریں اور ہلکی آگ پر دم لگا دیں۔
- کوکونٹ، کشمش اور کاجو سے سجا کر سروس کریں۔

اجزاء

چاول	: 500 گرام (بھولیں)
سونف	: 10 گرام
کالا زیرہ	: 8 گرام
دلی گھی	: 90 گرام
پیاز	: 350 گرام (فرٹی کر لیں)
ران کی ہڈیاں (سن)	: 250 گرام
تیز پات	: 5 عدد
دارچینی	: 4 عدد (2، 2 ٹکڑے ٹکڑے)
سبز الائچی	: 8 عدد
بڑی الائچی	: 15 عدد
پانی	: 15 کپ
نمک	: حسب ذائقہ

گارنشنگ کے لیے

کوکونٹ فلیکس	: 1 کھانے کا چمچ
کشمش	: 1 کھانے کا چمچ
کاجو	: 2 کھانے کے چمچ





Celebrate the joy of Ramazan

Iftar Delights with Traditional Sauces & Desserts



REPCOM

HAPPIES®
Advance DRY
Baby Diapers

اب ملا... سکون کا سانس

آپ اور بچے کے آرام و سکون کے لئے **HAPPIES®** بے بی ڈائپرز
اب منفرد خصوصیات لئے، 100 روپے کی بچت کیساتھ تاکہ آپ بھی لے سکیں سکون کا سانس۔



1 Breathable
It ensures air flow to the backsheet and keeps baby's skin dry.

2 Absorbent
The super absorbent core gives your baby rash-free protection for a long time.

3 Elastic Waistband
Its elastic waistband is super stretchy and fits perfectly.

4 Stick Lock Sticky
SLS
Strong durable tape that is oil and powder resistant.

5 Urine Acidity Reduction
UAR
Neutralizes acidity and protects the baby's skin.

6 Soft Touch
Super soft backsheet that is soft like baby's skin.

7 No Leakage
Super absorbency and strong grip ensures no leakage.

SPECIAL OFFER
SAVE 100



SY'AH IMPEX

92-21-35122997-8

info@syahimpex.com

www.syahimpex.com

آپ کے حسین خوابوں کی تعبیر

Digitized by PAKSOCIETY.COM

Faiza

BEAUTY CREAM



T.M # 223190
Copyrights No: 21092



Manufactured By: **Poonia Brothers (Pak)**

Email: poonia223190@yahoo.com
Website: www.faizabeautycream.com.pk





دہی کریم بھول گو بھی

- اجزاء**
- 1 پھول (کات لیں) :
 - 1 کپ :
 - 1 کپ :
 - 1/2 کپ :
 - 1/2 کپ :
 - 2 کھانے کے چم :
 - 1 چائے کا چمچ :
 - 1 چائے کا چمچ :
 - حسب ذائقہ :
- تاریخ**
- دہی کریم
 - اورک (سائیں)
 - پیاز (چوڑا)
 - کھن
 - ریڈ چلی فلیکس
 - زیرہ
 - نمک
- گارنگ کے لیے**
- 1 چائے کا چمچ :
 - 1 کھانے کا چمچ :
 - 4-5 عدد :
- تاریخ**
- گرم مصالحہ پاؤڈر
 - اورک (جھین)
 - فرائیڈ ہری مرچ

- تاریخ**
- کھن گرم کر کے اس میں پیاز اور اورک فرائی کریں۔
 - اب زیرہ اور ریڈ چلی فلیکس شامل کریں۔
 - دہی، کریم کس کر کے 1-2 منٹ کھا لیں۔
 - پھر نمک اور پھول گو بھی ڈال کر ڈھک کر ہلکی آگ پر پکھن دیں۔
 - گو بھی گل جائے تو چوڑے سے اتار لیں۔
 - اورک، ہری مرچ اور گرم مصالحہ پاؤڈر سے سجا کر سرو کریں۔



عید مبارک

شیف شائے Special



بالوشاہی

- اجزاء**
- آپل :
 - سیرپ کے لیے :
 - پانی :
 - چینی :
 - بالوشاہی کے لیے :
 - 500 گرام :
 - 100 گرام :
 - 200 گرام :
 - 1/2 چائے کا چمچ :
- تاریخ**
- میدہ
 - سکھی
 - دہی
 - بیکنگ سوڈا

تاریخ

- پانی میں چینی شامل کر کے دو تار کا شیر تیار کر لیں۔
- بالوشاہی کے تمام اجزاء کس کر کے دو تار کر لیں۔
- اب اس کی چھوٹی چھوٹی گول بالز بنا کر درمیان سے آگوشے کی مدد سے دبائیں۔
- پھر کڑا ہی میں گھی گرم کر کے رنگ تبدیل ہونے تک فرائی کریں۔
- فرائی کرتے ہوئے شروع میں آگ تیز رکھیں پھر ہلکی کر دیں۔
- تیار ہونے پر گھی سے نکال کر شیرے میں ڈب کریں۔
- شیر و جذب ہو جائے تو نکال کر ٹرے میں رکھتے جائیں۔
- مزیدار بالوشاہی تیار ہے۔







عید مبارک



Free Delivery
پاکستان کی مایہ ناز
شیف شائے
کی پہلی کتاب

پکچن چلی ڈرائی

شیف شائے Special



اجزاء

1 عدد (باریک سلائس)

2 کھانے کے چمچ

15-20 عدد

(درمیان سے لہائی کے ذریعہ کاٹیں)

1 کھانے کا چمچ

2 کھانے کے چمچ

2 کھانے کے چمچ

2 کھانے کے چمچ

2 کھانے کے چمچ

3-4 کھانے کے چمچ

حسب ذائقہ

گارہنگ کے لیے

MENU بون لیس پکچن بریسٹ

کارن فلور

ہری مرچ (درمیان)

بلیک بین سوس

سویا سوس

لیمن جوس

شہد یا براؤن شوگر

لہسن (چوڑا)

آئل

نمک، کالی مرچ پاؤڈر

فوسل لیوز

ترکیب

- آئل گرم کر کے اس میں لہسن فرائی کریں۔
- پھر پکچن شامل کر کے فرائی کریں۔
- اب باقی تمام اجزاء ڈال کر پکچن گھل جانے تک پکائیں۔
- تیار ہو جائے تو فوسل لیوز سے سجا کر چاولوں کے ساتھ پیش کریں۔





Pak پاکستان
House Hold Appliances

35%
Energy
Saver



Our Valuable Product Range:

- Cooking Range
- Built in Hob
- Kitchen Hood
- Gas Room Heater
- Gas Stove
- Gas Water Heater
- Electric Water Heater
- Instant Water Heater

www.heeragas.com

HEERA GAS INDUSTRY

Bajwa Road Link G.T. Road Gujranwala Pakistan.
Tel: +(92 55) 4553933-34 Fax: +(92 55) 4273935
E-mail: heeragas@yahoo.com [f](#) heeragas





اطالیہن ٹرائفل

اجزاء

1 عدد (سائز کاٹ لیں)	اسپونج کیک
1 کھانے کا چمچ	انسٹیٹ کافی پاؤڈر
1 کپ	کریم
1 کپ	کریم (کھینٹی ہوئی)
2 کپ	دودھ
1 کھانے کا چمچ	وٹیل اسنس
2 کھانے کے چمچ	کریم چیز
3 کھانے کے چمچ	کسٹرز پاؤڈر
حسب ذائقہ	چینی
1 کھانے کا چمچ (مکھنڈے کے لیے)	cocoa پاؤڈر
1 کپ	چاکلیٹ (شیزڈ)

ترکیب

- 1 کپ گرم پانی میں انسٹیٹ کافی پاؤڈر حل کر لیں۔
- کسٹرز پاؤڈر کو تھوڑے سے ٹھنڈے دودھ میں مکس کر لیں۔
- دودھ گرم کر کے اس میں کسٹرز پاؤڈر والا دودھ، کریم، کریم چیز اور چینی شامل کر کے پکا لیں۔ کسٹرز تیار ہو جائے تو ٹھنڈا کر لیں۔
- ایک گلاس باؤل میں کیک کے سائز رکھیں۔
- اس پر تھوڑا سا کافی کا آمیزہ ڈالیں۔
- پھر تھوڑا کسٹرز ڈالیں۔
- یہ عمل دوسرے تین بار ہر ایک میں۔
- کھینٹی ہوئی کریم، cocoa پاؤڈر اور چاکلیٹ سے سجا کر سرو کریں۔



عید مبارک

پران اینڈ کی ٹیبل بالٹی

اجزاء

پرانز	1/2 کلو
مٹر	1 کپ (ہال لیں)
سویت کارن	1 کپ
پیاز (چوڑا)	1 کپ
دہی	1/2 کپ
زولکینی	1 عدد (سائز کاٹ لیں)
ٹماٹر	4 عدد (سائز کاٹ لیں)
کھوئی	1 کھانے کا چمچ
لہسن (چوڑا)	2 کھانے کے چمچ
عشقی سرخ مرچ	1 کھانے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ

ترکیب

- آئل گرم کر کے پرانز کو چند سیکنڈز فرائی کریں اور نکال کر الگ رکھ لیں۔
- اسی آئل میں پیاز بھجے فرائی کریں پھر کھوئی، لہسن، نمک، دہی، ٹماٹر اور عشقی سرخ مرچ ڈال کر چند منٹ پکا لیں۔
- اب سبزیاں ڈال کر تیز آگ پر سٹرفرائی کریں۔
- پرانز مکس کر کے چولھے سے اتار لیں۔
- بند گوبھی، ہرے دھننے اور فرا اینڈ پیاز سے سجا کر سرو کریں۔

60 Years **Majestic** Trust With Improved Quality ...

Easy to Stand
Strong Grip

CHEF®

THE SECRET BEHIND FAST COOKING

New Arrival



C.G.FACTORIES (WZD) (PVT) LTD. G.T.ROAD, WAZIRABAD-PAKISTAN.

Tel: +92 - 55 - 6601205, 6601305, Fax: +92 - 55 - 6600028

E-mail : info@majesticchef.com Web : www.majesticchef.com



CHANGHONG RUBA

—Creating Easy Life—



Gold Fin Condenser



Energy Saving



Health Functions



Low Voltage Startup

A Cool Way of Life

Available Sizes: 1 Ton, 1.5 Ton

F Series Cold Plasma, Turbo Mode
Standard Functions



Auto Clean



Freeze Prevention



LED Display



Sleep Mode



24 Hour On/Off Timer



Auto Operation or Smart



Auto Restart or Fault Reset



www.changhong.com.pk



YouTube



UAN: 111-672-247

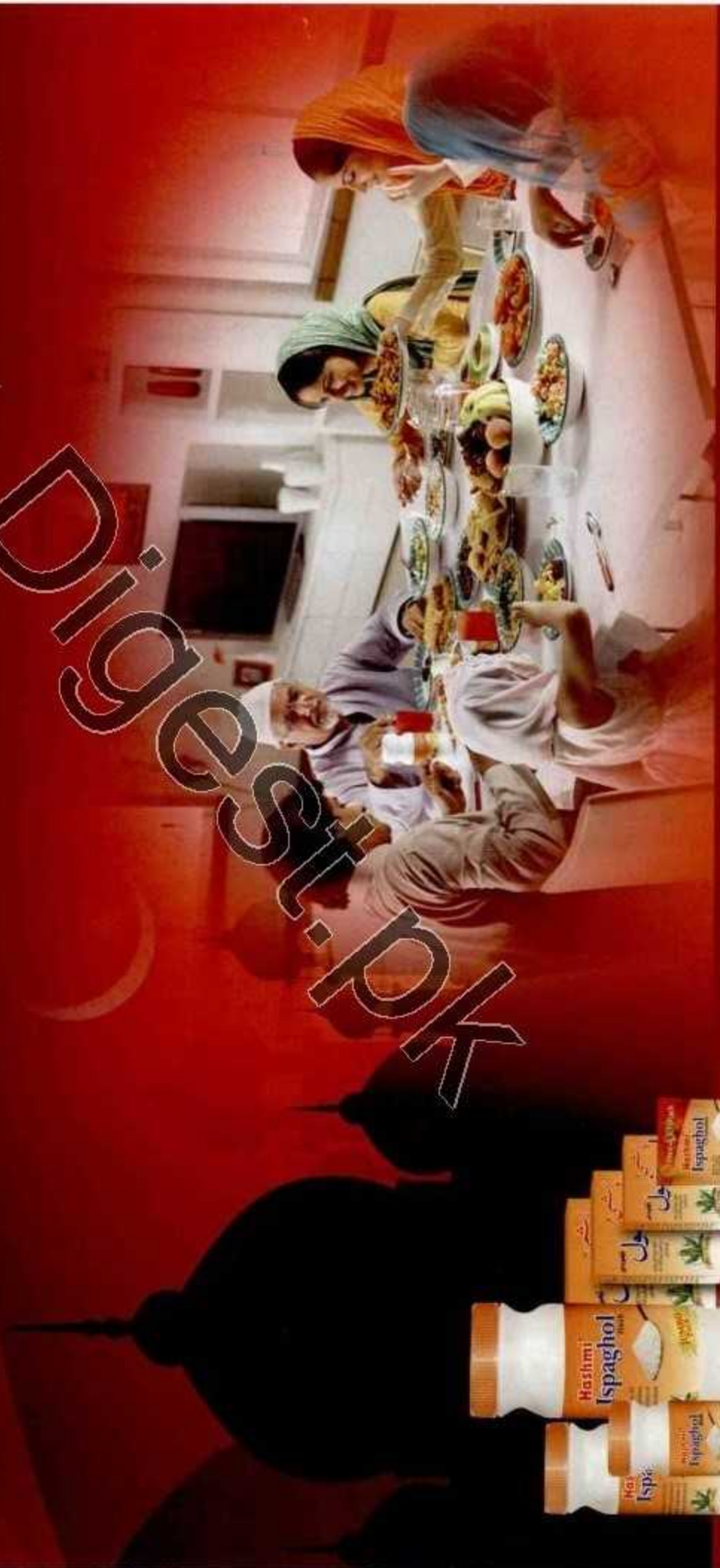


رحمت عظیم

اسپیغھول

رکھے نظام ہضم کو توانا
30 روزوں کا مبارک خزانہ

Digitized by Pk





(021) 34312766

حکیم علی گنج

طب کی روشنی میں آپ کے مسائل کا حل



سوال: میری عمر 30 سال ہے اور سر کے تقریباً سارے بال جڑ گئے ہیں۔ میں بہت پریشان ہوں۔ (ساجد اسلم۔ جہلم)

جواب: دوا کے طور پر اطریش اسطوخودوس آدھا آدھا صبح و شام لیں۔ بالوں کے گرنے اور خشکی کے لیے یہ نسخہ استعمال کریں۔ روغن بادام 50 ملی لیٹر، روغن زیتون 50 ملی لیٹر، کیسٹر آئل 50 ملی لیٹر، روغن کاہو 20 ملی لیٹر، روغن نیم 20 ملی لیٹر، کرپل بنائیں اور بالوں میں لگائیں۔

سوال: میرے پاؤں اور ہاتھوں کی انگلیوں کے جوڑ سوج گئے ہیں جن میں کافی درد بھی ہوتا ہے۔ اس کی کیا وجہ ہو سکتی ہے، کوئی علاج بتا دیں؟ (طاہر یوسف۔ لاہور)

جواب: آپ اپنا یورک ایسڈ ٹیسٹ کروائیں کیوں کہ اس کے بڑھنے سے یہ مسئلہ ہو سکتا ہے۔ دوا کے طور پر جمون سورنجان آدھا چائے کا چمچ اور شربت بزدلی معتدل ایک کھانے کا چمچ صبح و شام لیں۔

سوال: میں بھگی چیز بھی اٹھاؤں تو کمر میں درد شروع ہو جاتا ہے۔ کوئی ایسی دوا بتائیں جس سے یہ درد دور ہو جائے۔ (کبیری بی۔ کراچی)

جواب: بنولے کے بیج صاف کر کے پھولیں۔ روزانہ دن میں ایک مرتبہ دوا کھانے کے چمچ چائے کا سفوف دودھ میں پکا کر کھائیں۔

سوال: میں 2 سال کے دوران نیند دانت اٹھوا چکا ہوں۔ باقی دانت بھی خراب ہوتے جا رہے ہیں۔ بہت پریشان ہوں۔ کوئی علاج بتائیے۔

جواب: کف دریا 50 گرام، پوسٹ بول (کیکر) 50 گرام، مازو 25 گرام، کباب خنداں 25 گرام، لونگ 10 گرام، پینکری 5 گرام، عاقر قرحا 10 گرام ہار یک بیج کریمین استعمال کریں۔

سوال: مجھے کپیوٹر پر روزانہ 9 گھنٹے مسلسل

سوال: میرے ناخن بہت کمزور ہیں، تھوڑے سے بڑھتے ہیں تو ٹوٹ جاتے ہیں۔ (سانوہ شعیب۔ واہگٹ)

جواب: فمیرہ مروارید آدھا کھانے کا چمچ روزانہ استعمال کریں۔

سوال: جب سوکر اٹھتی ہوں تو میری گردن اکڑ جاتی ہے۔ اس کی کیا وجہ ہے؟ (عاصم اختر۔ بھکر)

جواب: سوتے وقت گردن کے نیچے ٹیکے کی پوزیشن درست نہ ہو تو پٹھے اکڑ جاتے ہیں۔ اصولی طور پر ٹیکہ کندھے سے شروع ہونا چاہیے تاکہ گردن کو ٹیک لے۔ آپ گرم پانی کی بوتل گردن کے نیچے رکھ کر سوئیں تاکہ مساج ہو۔

سوال: مجھے اکثر آدھے سر کا درد رہتا ہے۔ پلیز کوئی علاج تجویز کر دیں۔ (آمنہ صدیق۔ سرگودھا)

جواب: آدھے سر کا درد مائی گرین کی علامت ہے۔ سردی کی وجہ بخوکا رہنا، نیند پوری نہ ہونا اور ذہنی تناؤ بھی ہو سکتا ہے۔ دماغی قوت بڑھانے کے لیے جمون فلاسفا یا اسطوخودوس کھائیں۔

سوال: کیا سبز چائے نقصان دہ ہے؟ (غلام احمد۔ میرپور)

جواب: ہرگز نہیں بلکہ سبز چائے کا استعمال دل کے مریضوں کے لیے بہت اچھا ہے۔ یہ پکستانی کم کر کے وزن میں کمی کا باعث بنتی ہے لہذا فریب افرا دے ضرور استعمال کریں۔

سوال: میری عمر 28 سال ہے۔ میرے بال بہت جیزی سے گر رہے ہیں، کوئی علاج بتا دیں؟ (سارونند۔ لاہور)

جواب: روغن بادام 50 ملی لیٹر، روغن زیتون 50 ملی لیٹر، کیسٹر آئل 50 ملی لیٹر، روغن کاہو 20 ملی لیٹر اور روغن نیم 20 ملی لیٹر، ملا کر سر پر لگائیں۔ بال گرتا بند اور خشکی ختم ہو جائے گی۔

کام کرنا پڑتا ہے۔ نظری ٹیکہ استعمال کرتی ہوں خشکی بھر بڑھتا جا رہا ہے۔ (فاطمہ اسد۔ لاہور)

جواب: فمیرہ مروارید سادہ آدھا آدھا صبح و شام استعمال کریں۔

سوال: میری عمر 65 سال ہے۔ میرا بلڈ پریشر اچانک ہائی ہو جاتا

سوال: گرمیوں میں میرے جسم میں پانی کی کمی ہو جاتی ہے۔ اس کا کوئی حل بتا دیں؟ (نبیلہ نعیم۔ فیصل آباد)

جواب: گرمیوں میں شراب سے زیادہ سے زیادہ استعمال کریں تاکہ جسم میں پانی کی کمی نہ ہونے پائے۔ دودھ کی کچی لسی دن میں دو تین مرتبہ پی لیں۔ گرمیوں کے پھل جن میں تربوز، خربوزہ، فالہ اور کھیرا شامل ہیں، ضرور کھائیں۔ اس کے علاوہ سنگھ بین لیمونی ایک چائے کا چمچ ایک گلاس پانی میں ملا کر صبح و شام پیئیں۔

ہے، پکڑ آنے لگتے ہیں اور آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جاتا ہے۔ (اکرم خان۔ تربٹا)

جواب: دوا قرص فشار ایک ایک گولی صبح و شام آدھا کپ عرق گلاب کے ساتھ استعمال کریں۔

سوال: میرا وزن دن بدن کم ہوتا جا رہا ہے جب کہ میں کھانا ٹھیک کھاتی ہوں، دودھ اور پھلوں کا استعمال کرتی ہوں اور تمام ٹیسٹ بھی ٹھیک ہیں۔ (کرن نیاز۔ پٹنیاں)

جواب: جب کہد نوشادری ایک ایک گولی اور فمیرہ مروارید آدھا آدھا صبح و شام استعمال کریں۔

ہر لمحہ ہر بار۔۔
مرحبا گل بہار

سکر ہو یا افطار صرف مرhabا گل بہار

عید الفطر

خوشیوں سے بھرا تہوار



لان کے سوٹ کے ساتھ شون کا ڈوپٹہ اور بازو لباس کو مزید شاندار بنادیتے ہیں۔ بعض خواتین ریڈی میڈ لباس پہننا پسند کرتی ہیں ان کے لیے بھی خوبصورت ملبوسات مارکیٹ میں دستیاب ہیں۔ ملبوسات کے ضمن میں ڈیزائنز حضرات خواتین کے لیے خاصے معاون ثابت ہوتے ہیں اور نت نئے ڈیزائن اور پرنٹس متعارف کرواتے ہیں جن پر خواتین کو مزید محنت نہیں کرنا پڑتی۔

جیولری

سونے چاندی کے زیورات کے بجائے آج کل آرٹی فیشل

المبارک اللہ تعالیٰ کا مہینا ہے، یہی وجہ ہے کہ وہ اس ماہ مقدس میں روزے اور دیگر عبادات میں مشغول اپنے اطاعت گزار بندوں کے لیے شوال کی پہلی تاریخ کو ”عید الفطر“ بطور انعام عطا فرماتا ہے جو کہ ہر پہلو سے شکر، احسان اور خوشی کا دن ہے۔ اللہ تعالیٰ نے عید کے تہوار کو خوشی کا دن قرار دیا اسی لیے پوری مسلم امہ عید الفطر مناتی ہے۔ اس تہوار کو بھرپور انداز میں منانے کے لیے عید سعید کی آمد سے بہت پہلے تیاریوں کا آغاز ہو جاتا ہے خصوصاً چاند رات نزدیک آتے ہی خواتین زور و شور سے عید کی تیاریوں میں مگرمو جاتی ہیں۔



رنگ برنگے ملبوسات کے ساتھ ہم رنگ چوڑیاں خریدنا اور مہندی لگوانا خواتین کے بناؤ سنگھار کا اہم جزو ہے



چاند رات

چاند رات کو خاص طور سے خواتین اور بچوں کی شاپنگ عروج پر ہوتی ہے۔ رنگ برنگے ملبوسات کے ساتھ ہم رنگ چوڑیاں خریدنا اور مہندی لگوانا خواتین کے بناؤ سنگھار کا اہم جزو ہے اور یہ کام بھی عموماً چاند رات کے لیے مخصوص ہوتا ہے لہذا خواتین کی ایک بڑی تعداد مہندی کے اسٹالز پر مہندی لگوانی نظر آتی ہے۔ دوسری طرف بیوٹی پارلرز میں ایکسپرس سے خوبصورت اور نفیس مہندی کے ڈیزائن بنوانے کا شوق رکھنے والیں خواتین کا رش دیدنی ہوتا ہے۔ مہندی کے مسکے رنگوں کے علاوہ کلکتی ہوئی رنگ برنگی چوڑیاں بھی چاند رات کے حسن کو چار چاند لگا دیتی ہیں۔ چوڑیوں کا رنگ شخصیت پر بھی گہرا اثر رکھتا ہے

لہذا عید کے موقع پر لڑکیاں خود کو مزید جاذب نظر اور پرکشش بنانے کے لیے بڑے چاؤ سے چوڑیاں پہنتی ہیں۔ عید گفٹ کے طور پر بھی زیادہ تر چوڑیاں ہی دی جاتی ہیں۔

ملبوسات

خواتین کی خواہش ہوتی ہے کہ ان کا لباس سب سے منفرد اور خوبصورت دکھائی دے۔ گزشتہ چند سالوں سے عید چونکہ موسم گرما میں آ رہی ہے تو موسم کے مزاج کو مد نظر رکھتے ہوئے مارکیٹ میں لان، کاشن وغیرہ میں اتنی درائی دستیاب ہے کہ آپ بڑی آسانی سے اسی سٹف سے عید کے ملبوسات تیار کر سکتی ہیں۔ بارڈر، ایمبر انڈری اور گلے والی شرٹس کا استعمال پہنارے کی دلکشی کو چار چاند لگا دیتا ہے۔



VINCÉ Sun Care

UVA & UVB Protector SPF 50 & 75

A Feather Light Formula. No Sticky Feel



VINCÉ

Beautiful Skin Matters

www.vincecare.com

for Trade Quies: 0300-512-4077, 0300-888-7354

تربت

پریکٹ بیٹ

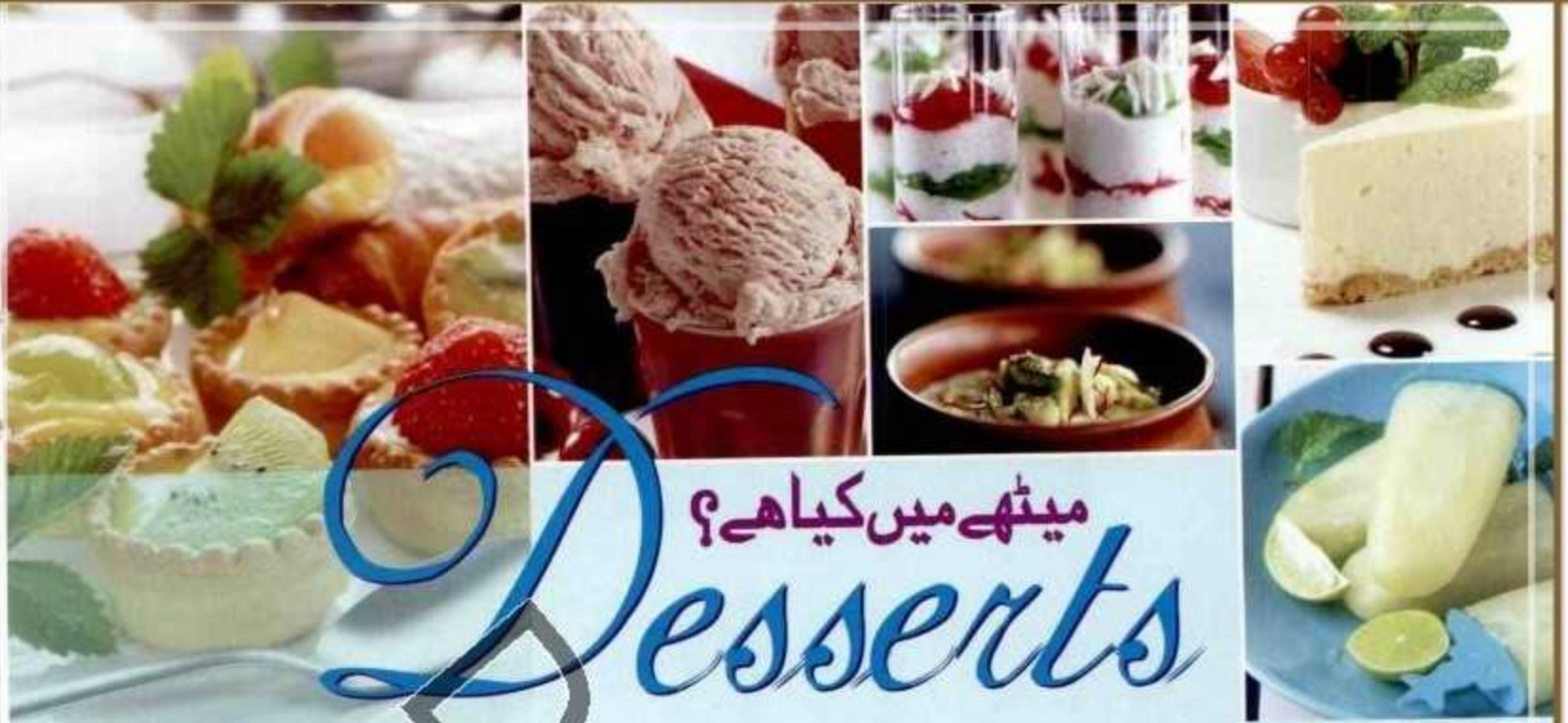
پاؤڈر

تربت پریکٹ بیٹ پاؤڈر
گرمی دانوں کی چھن اور
خارش سے آرام دلائے۔ اس
کی دلفریب خوشبو آپ
کو دے تازگی اور ٹھنڈک
کا بھرپور احساس۔



تربت پریکٹ بیٹ پاؤڈر گرمی دانوں سے نجات اور ٹھنڈک کا خوشگوار احساس

TPHP/05/2K14



میٹھے میں کیا ہے؟

Desserts

تہواروں پر حلوا، کبیر، جلیبیاں اور طرح طرح کی مشائیاں دسترخوان کی رونق بڑھانے رکھتی ہیں۔ یہ میٹھے پکوان بھی اپنی تڑاکیب کی کئی دلچسپ کہانیاں لیے ہوئے ہیں۔ زمانہ قدیم سے لے کر اب تک ان میٹھے پکوانوں کی اہمیت مسلم ہے۔

کپ کیکس

کپ کیکس اٹھارویں صدی کے آخر میں متعارف ہوئے۔ ابتدا میں یہ اسے مقبول نہیں تھے کیوں کہ اس وقت مٹھن لرے وجود میں نہیں آئی تھی، لہذا انھیں چھوٹے چھوٹے برتنوں میں بیک کیا اور بغیر کسی ٹاپنگ کے پیش کیا جاتا تھا۔ آج کل کے کپ کیکس کی سب سے اچھی بات یہ ہے کہ سائز میں

آئس کریم کے آمیزوں کو ملانے اور سٹ کرنے میں کئی کئی گھنٹے لگ جاتے تھے۔ تاہم وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اب نہ جانے کتنی اقدام اور طریقہ کار کی آئس کریم پوری دنیا میں دستیاب ہے۔

موجودہ قلعی (Ice Pops) کی ابتدا بیسویں صدی میں ایک کیمیاگر سالہ بیچے فریڈک ایپرسن (Frank Epperson) کے ہاتھوں ہوئی۔ ایک سردرات میں سوڈا اور لے گلاس میں ایک اسٹیک رکھ کر بھول گیا۔ صبح اٹھ کر اس نے دیکھا کہ بنا ہوا سوڈا اور وہ بھی ایک اسٹیک کے ساتھ زیادہ مزیدار ہے۔ یہ جان کر آپ کو مزید خبر ہے کہ اس بیچے نے تقریباً بیس سال تک قلعی بنانے کی کوششیں کیں اور اس کے بعد باقاعدہ مالکانہ حقوق کے ساتھ آئس

پاپ بنائے کی تاریخ رقم

کی آٹ پوری دنیا میں فروغ فیور والی قلعیاں، آئس لولیز اور آئس کریم پاپ بنائے گئے۔ آئس کریم کا جدید مقابلہ فروزن یوگرت بھی ہے۔

کیک

آج کل خوشی کے مواقع اور تہواروں پر مشائیاں کے ساتھ ساتھ کیک پیش کرنے کا رواج بھی خاصا مقبول ہو چکا ہے۔ ابتدا میں کیک بریڈ کی طرح کے ہوتے تھے یہی وجہ ہے کہ بعض ممالک میں اسے sweet baked bread کے نام سے بھی جانا جاتا ہے جو کہ شہد، پنس اور فروٹس ڈال کر تیار کی جاتی تھی۔ بیسویں صدی میں جو کیک تیار کیے گئے وہ حاضر کے کیک ان سے خاصے بنتے چلتے ہیں۔ کسی زمانے میں کیک کا استعمال محض سالگرہ وغیرہ جیسی تقریبات تک ہی محدود تھا لیکن اب مشائیاں کے ساتھ ساتھ کیک بھی عید کے دسترخوان کا لازمی جزو بن گیا ہے۔ حتیٰ کہ اگر کسی کے گھر جانا ہو تو بھی کیک ہی کا تھنہ پیش کیا جاتا ہے۔ کیکس کی تیاری میں مختلف قسم کے فیورز اور شاندار ٹاپنگ دعوت کی شان بڑھا دیتے ہیں۔

طو اجات

مشرقی ممالک میں مارکیٹ میں دستیاب ڈیزلرز کے ساتھ ساتھ گھر میں تیار کردہ روایتی میٹھے پکوان بھی شوق سے کھائے جاتے ہیں۔ خصوصی

کامزہ میٹھے کے بغیر نامکمل ہے۔ خاص طور پر خوشی کے مواقع اور تہواروں پر میٹھا کھانا ناگزیر ہے۔ عید الفطر بھی ایسا ہی ایک تہوار ہے جب سویاں، دھن، شیر خور، کبیر اور طرح طرح کے لذیذ میٹھے پکوان تیار کیے جاتے اور بانٹے جاتے ہیں۔ یہ میٹھا پھل، پنڈتک، کیک، آئس کریم یا کسی بھی شکل میں ہو سکتا ہے۔ کھانے کے بعد میٹھا کھانا مفید نتائج کا حامل ہے اسی لیے یہ سنت نبوی ﷺ بھی ہے۔

قدیم تہذیبوں کے لوگ میٹھے کے طور پر پھل کھایا کرتے تھے۔ اس میں جدت یوں پیدا ہوئی کہ پھلوں اور ذرائع شہد بھی پیش کیا جانے لگا۔ چینی کی مدد سے ڈیزلرز اور سویت و شری اقسام میں بھی وسعت پیدا ہوئی۔ آہستہ آہستہ ڈسٹریٹ، کیک، آئس کریم اور کئی طرح کی پنڈتک بھی مقبول ہونے لگیں۔ کوکیز سے کپ کیکس تک ڈیزلرز کی کئی اقسام متعارف ہوئی ہیں۔ قدیم وقتوں سے لے کر اب تک کون کون سے ڈیزلرز متعارف ہوتے رہے، آئیے جانتے ہیں۔

بسکٹ اور کوکیز

بسکٹ اور کوکیز کی تاریخ خاصی پرانی ہے۔ قدیم زمانے میں بسکٹ زیادہ تر عام ذیل روٹی کی طرح ہوتے تھے، جنہیں طویل سفر کے دوران بھوک مٹانے کے لیے استعمال کیا جاتا تھا۔ روایتی بسکٹ یا کوکیز پہلے پھل، گندم، خشک میوہ جات، شہد اور پانی ملا کر بنائے جاتے تھے۔ بسکٹ کی موجودہ شکل کچھ زیادہ پرانی نہیں۔ آج کل کے دور میں چاکلیٹ چپ کوکیز اور جو کے آنے کے بنے ہوئے بسکٹ بنائے اور پسند کیے جاتے ہیں۔ مہمانوں کی تواضع کے لیے چائے کے ساتھ کوکیز کا استعمال ناگزیر ہے۔

آئس کریم

آئس کریم بچوں اور بڑوں سب کا پسندیدہ ڈیزلر ہے۔ ابتدا میں آئس کریم قلعی (Ice Pops) کی شکل میں ہوتی تھی۔ اس زمانے میں چونکہ ریفریجریٹر نہیں ہوتے تھے تو آئس کریم بنانا کافی مشکل کام تھا۔ ریفریجریٹر کے موجود نہ ہونے کے باعث زیادہ مقدار میں برف اور ایسے برتن چاہیے ہوتے تھے جن کے اندر ہوا اور نمی داخل نہ ہو سکے۔

چاکلیٹ دور جدید کی بہترین ڈیزلر شمار کی جاتی ہے۔ اسے نہ بنانے کی جھنجھٹ ہے نہ سرو کرنے کی۔ بس مارکیٹ سے خریدیں اور پیکنگ سمیت پیش کریں

چھوٹے ہونے کے باعث ان کو مختلف طریقوں سے سجایا جاسکتا ہے۔ بچوں میں یہ کپ کیکس بہت مقبول ہیں۔ بڑھوڈے پارٹیز اور عید کے موقع پر بھی کپ کیکس سے مہمانوں کی تواضع کی جاتی ہے۔ ان کی ٹاپنگ کے لیے طرح طرح کے اجزاء میسر ہیں۔

چاکلیٹ

چاکلیٹ دور جدید کی بہترین ڈیزلر شمار کی جاتی ہے۔ اسے نہ بنانے کی جھنجھٹ ہے نہ سرو کرنے کی۔ بس مارکیٹ سے خریدیں اور پیکنگ سمیت پیش کریں۔ یہ چھوٹوں، بڑوں میں مقبول ہے۔ چاکلیٹ cocoa tree کے پھل سے بنائی جاتی ہے۔ کچھ صدیوں پہلے تک لوگ چاکلیٹ کھانے کے بجائے پیتے رہے۔ اٹھارویں صدی تک اس میں دودھ ڈال کر پیے جانے کا رواج تھا۔ اس کے بعد چاکلیٹ کو کئی طرح سے استعمال کیا جانے لگا۔ چاکلیٹ کا پہلا باکس 1854ء میں ویلنٹائن ڈے کے موقع پر بنایا گیا۔ یہ دل کی شکل کا باکس تھا۔

اپنی غذائی اہمیت کے پیش نظر اب چاکلیٹ کئی طرح سے اور کئی مواقع پر پیش کی جاتی ہے۔



لذت اور صحت کا یقین



PS:221-2003 (R)
Pakistan Standards

A Project of **MAE**

Mahmood Agro Group

Hoor Oil Industries (Pvt) Ltd.

Vahari Road, 17 Kassi, Multan.

Tel: 061-4550586, 6772912, 6781430 Fax: 061-6773629,





یہ ہے بول اٹھا پاکستان کا رمضان



SAVE 25 RS.

ON EVERY PACK OF

- Premium Crispy Fillet
- Chicken Samosa (24pcs)
- Chicken Vegetable Samosa (24pcs)
- Chicken Spring Roll
- Plain/Whole Wheat Paratha (30pcs)
- Boneless Cuts (Raw)

(Boneless Thigh Cubes, Boneless Breast Cubes, Chinese Cut)



BACHAT
PACKS



JOIN US AT: facebook.com/seasonsfoods

www.menu.com.pk | comments@seasonsfoods.com.pk



the ARABtable

مہمان نوازی عربین کو زین کی ایک روشن روایت ہے

عرب ممالک میں دسترخوان پر کھانے کی دعوت دینے کے لیے "Tafathalo" کا لفظ استعمال کیا جاتا ہے جس کا مطلب ہے "Do me the honour"۔ مہمان نوازی عربین کو زین کی ایک روشن روایت ہے۔ اگر کوئی آپ کو کھانے کی دعوت دے یا قبول کرے تو اس بات کو باعث احترام سمجھا جاتا ہے لہذا جب آپ عرب ممالک میں جائیں تو کھانے سے پہلے دوسروں کو "Tafathalo" کہنا نہ بھولیں۔ عرب ورلڈ بانکس ممالک پر مشتمل ہے۔ فوڈ اور ٹیکسٹائل میگزین کے حوالے سے یہ ممالک ایک دوسرے سے کافی حد تک ملتے جلتے ہیں اور کہیں کہیں تشابہ بھی پایا جاتا ہے، جیسے کہ مصر میں گریز اور لبنان میں سبز یاں شوق سے کھائی جاتی ہیں البتہ بنیادی غذائی اجزاء تمام ممالک میں ایک جیسے ہیں۔ عربین کو زین میں کھانے کے وقت سب لوگ مل جل کر بیٹھتے ہیں۔ مختلف موقعوں پر لہذا وہ مزید کھانے تیار کر کے مزید روٹی بخشی جاتی ہے۔ شادی کے موقع پر 4 سے 5 کھانے تیار کیے جاتے ہیں۔ بچوں کی پیدائش کے موقع پر خاص قسم کی پنڈنگ تیار کی جاتی ہے جو ماں کی صحت کے لیے بھی ضروری ہے۔ ان ممالک میں سیاست، کاروبار اور مذہبی مقاصد کی غرض سے دوسرے ممالک کے لوگوں کا آنا جانا لگا رہتا ہے لہذا عربین کو زین پر سائے ٹھنکن، ٹڈل ایسٹ اور انڈین فوڈ کے ملے جلے اثرات ہیں۔ عربین کو زین میں روزمرہ کھانا لیمب، چکن، چاول، سبزی، نمائوسوس، مکی طرح کے مصالحوں اور بربر پر مشتمل ہوتا ہے۔ سائید ڈش کے طور پر سلاوی کھانے کا لازمی جزو ہے۔ دالیں، صوب، کھجور، آبل، بیجز، کھجوریں اور چیزیں ہر روز دستیاب اجزاء ہیں۔ مختلف قسم کے کباب بھی شوق سے کھائے جاتے ہیں۔ عربین کو زین کی روایتی ڈشز بنانے میں خاصا وقت اور محنت درکار ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر سنڈل گریپ لیوز، سنڈل شملہ مرغ، بکلی وغیرہ۔

عربین کو زین کے عام مستعمل اجزاء درج ذیل ہیں۔
مومی سبز یاں کچی اور پکا کر بھی کھائی جاتی ہیں۔ ٹینگن، زرو کینی، پھول گوہی، بھنڈی، پالک اور سبز پھلیاں شوق سے کھائی جاتی ہیں۔

سلاو

عربین ممالک میں وہ پہر اور رات کے کھانے کے ساتھ سلاو ضرور پیش کی جاتی ہے۔ نمک، لیموں کا رس اور کافی مرچ پاؤڈر سلاو کی ڈریسنگ میں ضرور شامل کیے جاتے ہیں۔ تازہ اور مومی سبزیوں اور پھلوں کی سلاو پسند کی جاتی ہے۔

عربین کو زین کی روایتی ڈشز بنانے میں خاصا وقت اور محنت درکار ہوتی ہے۔

مصالحہ جات

مصالحہ جات عربین کھانوں کی جان ہیں۔ دار چینی، گرم مصالحہ پاؤڈر، بادیاں، پھول، الائچی، لونگ، کالی مرچ اور زعفران زیادہ استعمال کیے جاتے ہیں۔ عرب ممالک مصالحہ جات کی تجارت کے لیے بھی مشہور ہیں۔

ٹیکسٹائل میگزین

عرب ممالک میں آپ کو کھانے پر مدعو کیا جائے تو پھول اور چاکلیٹ لے جانا نہ بھولیں اور بدلے میں میزبان کو اپنے گھر آنے کی دعوت ضرور دیں۔ دسترخوان پر کھانے کی دعوت دینے کے لیے Tafathalo ضرور بولیں۔

کھانا کھانے کے بعد "Daymah" یا "Amer" کے الفاظ بولے جاتے ہیں جن کے معنی ہیں "اس گھر پر سلامتی ہو۔" کھانے کے دسترخوان پر مذہبی گفتگو سے پرہیز کیا جاتا ہے۔



عید دسترخوان

عید کے موقع پر کھانے کا خاص اہتمام کیا جاتا ہے۔ سب سے پہلے اسٹارز، سلاو وغیرہ سرو کیے جاتے ہیں۔ مین میل میں پورا لیمب روست کر کے میز کے درمیان میں رکھ دیا جاتا ہے اور اس کے ساتھ زعفران ملے چاول کی بڑی ٹرے رکھی جاتی ہے۔ ان میں ڈرائی فروٹس، پنس اور خوشبودار مصالحوں کا استعمال بھی کیا جاتا ہے۔ مین میل کے بعد چائے اور کافی پیش کی جاتی ہے۔ سب سے آخر میں سویت ڈش جو "کنافہ" (چیزی جیسٹری جو شیرے میں بھگو کر سرو کی جاتی ہے) کہلاتی ہے، سے مہمانوں کی تواضع کی جاتی ہے۔

پھل اور سبزیاں

انار، کھجور، لیموں، سیب، انجیر، کھجور، خرباز، آم اور ڈرائی فروٹس میں بادام اور پستہ زیادہ کھائے جاتے ہیں۔



Khadam's PURE DESI GHEE

رمضان كريم



New Sohail Dairies

Manufacturing:

Pure & Fresh Milk, Cream Butter,
Desi Ghee, Cheese & Khoya



Corporate Office:

Depalpur Bazar Sahiwal.

Factory: Plots No. 152-A, 153-A

Industrial Estate Sahiwal Pakistan.

www.sohaildairies.com

info@sohaildairies.com

sohaildairies@gmail.com

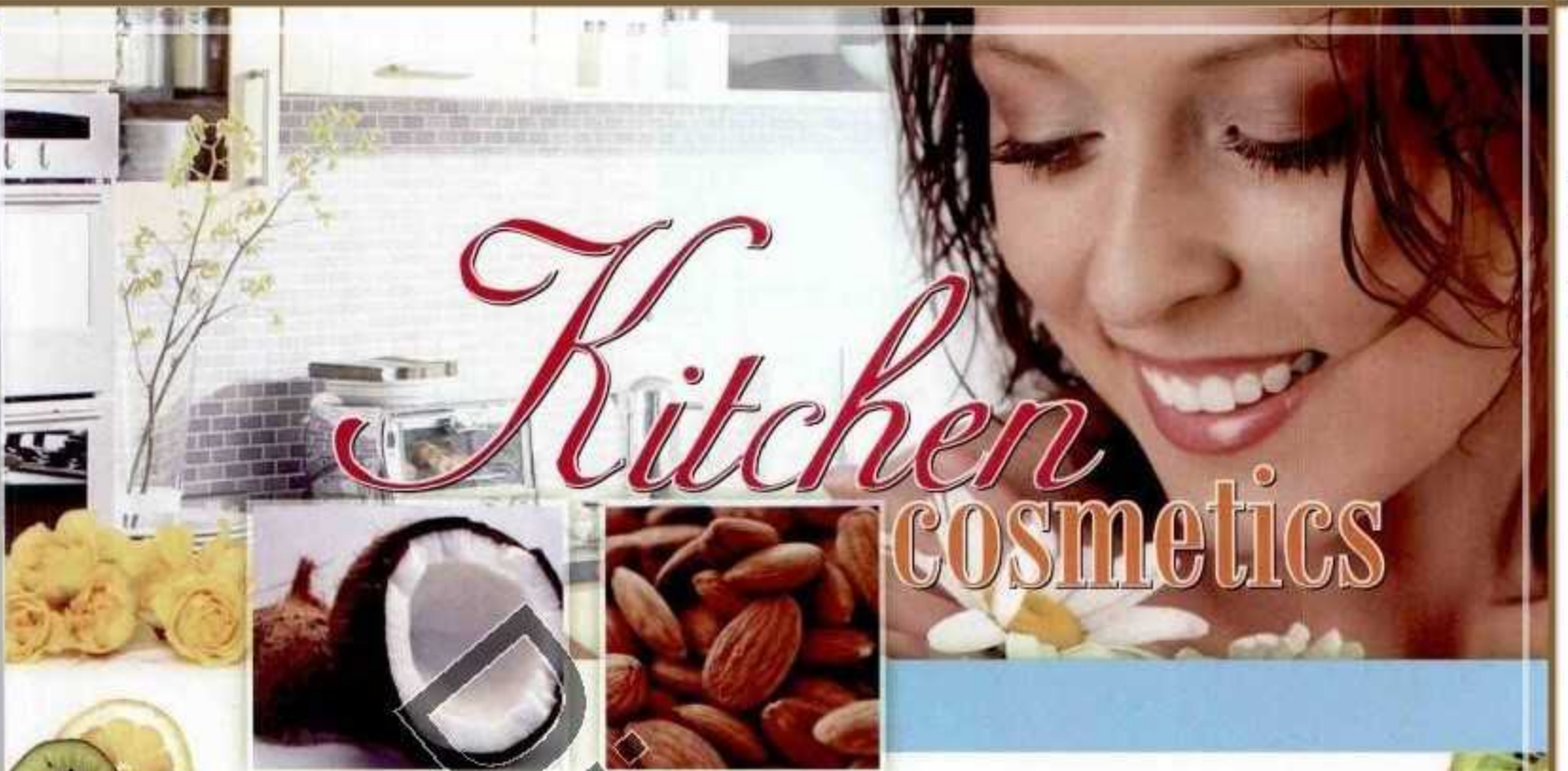
www.facebook.com/pages/new-sohail-dairies

+90 (40) 4555510-12

+92 (40) 4224597, 4464410

+92 (40) 4226037

Kitchen cosmetics



خوب صورتی کا تصور نرم و ملائم اور صحت مند جلد کے بغیر ناممکن ہے۔ جلد جتنی صاف شفاف اور داغ دھبوں سے پاک ہوگی، اتنی ہی خوب صورتی کی ضامن بھی ہوگی۔ جلد کی حفاظت اور خوب صورتی کے لیے جو پروڈکٹس اور کاسمیٹکس استعمال کی جاتی ہیں ان کا تقریباً 80% حصہ جلد میں جذب ہو جاتا ہے۔ یہ کاسمیٹکس قدرتی اجزاء کے بجائے کیمیکلز پر مشتمل ہوتی ہیں جو جلد کو خشک بنا دیتی ہیں لیکن ان کے منفی اثرات دیر پا ہوتے ہیں۔ ماریٹ سے خریدی گئی کاسمیٹکس کے بجائے گھر میں تیار کردہ کاسمیٹکس نہ صرف بنانے میں آسان ہیں بلکہ نہایت کم قیمت میں تیار بھی ہو جاتی ہیں۔ میدان کے اس موقع پر جب کہ رمضان المبارک کی وجہ سے آپ باقاعدہ طور پر پارلر یا سیلون بھی نہیں جاسکتیں تو گھر میں موجود کچھ اشیاء اور غذائی اجزاء کی مدد سے ہی کاسمیٹکس تیار کر سکتی ہیں۔ گھر میں باہولت اور کم خرچہ کاسمیٹکس کی ترکیب درج ذیل ہیں۔

کیوی فیس کلینزر

یہ کلینزر نارمل اور خشک جلد کے لیے بہترین ہے۔

اجزاء

کیوی فروٹ	1 عدد
سنگترے کارس	1 کھانے کا چمچ
دبئی ٹیبل آئل	1 کھانے کا چمچ
شہد	1 کھانے کا چمچ
دہی	2 کھانے کے چمچ
بادام (پے ہوئے)	1 چائے کا چمچ
اولیو آئل	2 قطرے

ترکیب:

کیوی فروٹ چوب چوب کر کے اس کی پیوری بنالیں۔ دہی، شہد، سنگترے کارس، دبئی ٹیبل آئل اور بادام شامل کر کے مکس کریں۔ اب اسے اتنا بلینڈ کریں کہ کڑی کچر تیار ہو جائے۔ اب اولیو آئل بھی مکس کر لیں۔

لگانے کا طریقہ

یہ کچر نرمی سے چہرے اور گردن پر لگائیں۔ 15-20 منٹ بعد نیم گرم پانی سے دھو لیں۔

فوائد

کیوی فروٹ میں موجود وٹامن سی جلد کو تروتازہ رکھنے میں مددگار ہے۔ کیوی فروٹ کا جوس اور پاپ جلد کو ایکس فو لی ایٹ، ری فائن اور موکچر اثر کرتا ہے۔

کیو کمبر پیئر ٹریٹمنٹ

اجزاء

کھیرا	1/4 حصہ
انڈا	1 عدد
اولیو آئل	1-2 کھانے کے چمچ

ترکیب:

کھیرا کاٹ کر میٹھ کر لیں پھر انڈا اور اولیو آئل مکس کر کے بلینڈ کر لیں۔

لگانے کا طریقہ

یہ آمیزہ بالوں میں اپلائی کریں اور دس منٹ کے لیے لگا رہنے دیں۔ اچھے بریل شیمپو سے بال دھو لیں۔ دھونے کے بعد اچھی طرح سے کھنکھی کر لیں۔

فوائد

اولیو آئل اسکن اور بالوں کے لیے بہترین کنڈیشنر ہے۔ یہ ہر طرح کی اسکن اور بالوں کے لیے یکساں مفید ہے۔ تاہم اسے لگانے کے بعد بالوں کو ایک سے زائد مرتبہ دھوئیں تاکہ آئل پوری طرح سے نکل جائے۔

یہ ماسک ہر طرح کی جلد کے لیے بہترین ہے۔

1 کھانے کا چمچ

1 چائے کا چمچ

1 عدد

ترکیب:

تمام اجزاء مکس کر کے اچھی طرح پھیٹ لیں۔ جھاگ بننے لگے تو 2-3 منٹ کے لیے رکھ دیں۔

لگانے کا طریقہ

ماسک لگانے سے پہلے بال اچھی طرح باندھ لیں۔ سر کے گرد تولیہ یا کوئی پرانا کپڑا باندھ لیں۔ اب یہ ماسک چہرے پر اپلائی کریں۔ 15-20 منٹ لگا رہنے دیں پھر نیم گرم پانی سے نرمی سے اتار لیں۔ چہرے پر ٹاول یا کاٹن استعمال نہ کریں بلکہ اسے خود دبی خشک ہونے دیں۔

فوائد

شہد کا استعمال جلد کے لیے بہت مفید ہے۔ اگر آپ بہت زیادہ مصروف ہیں تو چہرے پر صرف شہد لگا کر 4-5 منٹ بعد گرم پانی سے چہرہ دھو لیں۔ اس سے جلد صاف شفاف اور ملائم رہے گی۔

بلیک روز میئر ٹانک

پہلے سے کہیں زیادہ موثر۔ زیادہ بہتر

بالوں کی چمک اور نکھار کیلئے میئر ٹانک کا استعمال یقینی بنائیں
کیونکہ یہ بالوں کا فطری چمکاؤ ہے

5 بالوں کے قدرتی نکھار کیلئے
ایک فارمولے میں پانچ کمالات

2X بالوں کو دو گنا مضبوط بنائے

دو شاخہ بالوں کو صحت مند بنا کر۔ طاقت بخشنے

وٹامن ای کی بدولت
بالوں میں ریشمی احساس کا اضافہ کرے

نباتاتی قدرتی غذائیت سے سنوارے

~~frizz~~
بالوں کے رُوکھے پن اور الجھن سے
ہمیشہ کیلئے نجات



Stay connected for hair care solution
www.facebook.com/blackrosehaircare

Beat the Heat



شدید گرمی میں کیا کھائیں، کیا پیئیں

اس موسم میں چونکہ لوگ گتے، جسم میں پانی کی کمی اور جلدی امراض کی شکایات بڑھ جاتی ہیں اس لیے ان سے بچنے کے طریقے معلوم ہونے چاہیے۔ سب سے پہلی بات تو یہ ہے کہ زیادہ سے زیادہ پانی پیئیں تاکہ جسم میں پانی کی کمی نہ ہو۔ پانی کے علاوہ مفرح شربت اور تخمیں بھی استعمال کریں۔ جو کہ شربت اور تاریل کے پانی سے بھی توانائی کی بحالی میں مدد ملتی ہے۔ جتنا ممکن ہو پھلوں کے جوس پیئیں۔ لیٹوں کے علاوہ اگر گھٹتر سے اور مکی جیسے دیگر ریٹیلے پھل دستیاب ہوں تو ان سے بھی مستفید ہوا جاسکتا ہے۔ موسم گرمیاں تریوز اور خربوزے بھی دافر دستیاب ہوتے ہیں جن سے پانی کی کمی پوری کی جاسکتی ہے۔ گرم موسم میں تیز مصالحے دار کھانوں سے پرہیز کریں۔ نمک کا استعمال بھی کم کر دیں۔ ایسی سبزیوں کا استعمال بڑھادیں جن میں پانی کی مقدار زیادہ ہوتی ہے مثلاً کھیرا، بکلی، مالوکی، ٹماٹر وغیرہ۔

گھر کا درجہ حرارت کنٹرول کرنا

گھر میں موجود اشیاء، فرنیچر اور پردوں کا رنگ اگر گہرا ہو تو یہ 70 سے 80 فیصد تک سورج کی حرارت جذب کر کے گرمی میں اضافے کا باعث بنتے ہیں۔ اس سے گھر کا اندرونی درجہ حرارت بڑھ جاتا ہے۔ اس ضمن میں ضروری ہے کہ گھر میں موجود اشیاء کی سطح پر پردوں اور بیڈ شیٹ کا رنگ ہلکا ہو۔ یہ آئینوں کو صاف اور جھلا محسوس ہوگا۔ گھر میں شگاف درست، تیل لگے اور ایسی

جگہوں پر شیڈ مفید رہتا ہے جہاں سے دھوپ براہ راست آسکتی ہو۔ پردوں اور بلاسٹڈ کا استعمال بھی درجہ حرارت کو 40 فیصد تک کم کر دیتا ہے۔ یہ حرارت کم کرنے کا سبب اور آسان طریقہ ہے۔ گھر کے درجہ حرارت میں اضافے کا ایک بڑا سبب چوٹے کا استعمال بھی ہے۔ چوٹے کی حرارت کے اخراج کے لیے کوئی مناسب انتظام ضرور ہونا چاہیے۔

کوشش کریں کہ چکن کی گھر سے باہر کی طرف کھلے یا پھر کھانا پکانے کے لیے مائیکروویو یا اوون کا استعمال زیادہ کریں۔ گھر میں مشینری، کمپیوٹر اور موٹرز وغیرہ کا استعمال کم سے کم کریں یا ان کی حرارت کے اخراج کے لیے مناسب بندوبست رکھیں۔ بلب کے بجائے انرجی سیور کا استعمال کریں۔ بلب، انرجی سیور کی نسبت زیادہ حرارت خارج کرتا ہے۔

جسمانی درجہ حرارت کنٹرول کرنا

جسمانی درجہ حرارت کنٹرول کرنے کے لیے درج ذیل باتوں کا خیال رکھیں:

ٹھنڈے اور تازہ پانی سے غسل کریں۔

روزانہ دو لٹر سادہ پانی ضرور پیئیں۔ کوکونٹ، واٹر اور بیٹر ملک کا استعمال بھی جسمانی درجہ حرارت کو کنٹرول رکھتا ہے۔ ایسی سبزیاں اور پھل کھائیں جن میں قدرتی طور پر پانی شامل ہو مثلاً ہرے پتوں والی سبزیاں، تریوز اور کھیرا وغیرہ۔ سلا و ضرور استعمال کریں۔ جسمانی درجہ حرارت کم کرنے کے لیے کم از کم دس منٹ سر کی ماس کر لیں۔ شدید دھوپ میں ہیٹ اور خشے کے بغیر باہر نہ نکلیں۔ فاسٹ فوڈ کے بجائے گھر میں تیار کردہ غذا لیں بھی درجہ حرارت کو کنٹرول رکھتی ہیں۔ گرمیوں میں لان اور کاشن کا لباس استعمال کریں۔ زیادہ گرمی کی صورت میں گیلا کپڑا ماسھے پر رکھیں یا چہرے پر ٹھنڈے پانی کے چھینٹے ماریں۔ اگر آپ کو لوگ ٹھنڈے یا سٹروک کا مسئلہ ہو تو گرین ٹی یا ایک کچھ پیاز کا پانی پیئیں۔

گرمیوں میں اے سی کا استعمال

شدید گرمی کے موسم میں ایئر کنڈیشنر کسی نعمت سے کم نہیں لیکن اس کا بے جا استعمال آپ کی صحت کے لیے خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔ اس ضمن میں درج ذیل احتیاطی تدابیر اپنانے کی اشد ضرورت ہے:

ہیٹنگ کے یونٹ یا سپلٹ کے آؤٹ ڈور یونٹ کو ہمیشہ سایہ دار جگہ پر لگوائیں، جہاں یہ یونٹ نہ دھوپ میں یا بندوبست کریں کہ اے سی براہ راست سورج کی شعاعوں سے محفوظ رہے۔ اس سے اے سی کی کارکردگی میں بہتری پیدا ہوگی۔ توانائی کی بچت کے لیے عموماً اے سی کو 26 سینٹی گریڈ پر سیٹ رکھنے کی ضرورت پر زور دیا جاتا ہے جو کہ بہت درست اور حقیقت پسندانہ بات ہے۔ 18 یا 20 ڈگری کا استعمال نہ صرف ایئر کنڈیشنر کی کارکردگی کو بوجھل بنا دیتا ہے بلکہ توانائی کے غیر ضروری استعمال میں اضافے کا موجب بھی بنتا ہے۔ اگر اے سی کو 26 ڈگری پر سیٹ کر دیا جائے تو ماحول بہتر اور کمرے کے اندر ہوا میں کاربن آلودگی کم کی جاسکتی ہے۔ موسم بہت گرم ہو اور یہ صاف دکھائی دے رہا ہو کہ آج بہت زیادہ گرمی پر پڑے گی تو اس سے پہلے کہ آپ کی

عمارت یا کمرہ گرمی سے چپ کر تندرست رہ جائے، اپنا اے سی جلد ہی چلا دیں کیونکہ اس طرح ایئر کنڈیشنر کمرے کو ٹھنڈا کرنے کے لیے بہتر کارکردگی دے سکتا ہے۔ اے سی استعمال کرتے وقت اس بات کو یقینی بنائیں کہ کمرے کی کھڑکی یا دروازہ کھلا نہ رہ جائے، نیز کھڑکیوں، دروازوں کی چھوٹی کھج کو بھی اچھی طرح کور کر لیں تاکہ باہر سے گرم ہوا اندر داخل نہ ہو سکے۔ دن کے اوقات میں دیوار اور پبلے رنگوں کے پردوں سے کھڑکیوں کو اچھی طرح ڈھانپے رکھیں۔ کمروں اور کھڑکیوں کے بیرونی شیڈز بھی موسم سے ہم آہنگ ہونے چاہئیں۔ اے سی والے کمرے میں برقی آلات فی وی، کمپیوٹر یا ساؤنڈ سسٹم کے غیر ضروری استعمال سے پرہیز کریں۔ اپنے اے سی کو بیکٹیریا اور مچھوٹے مچھوٹے سے محفوظ رکھنے کے لیے کم از کم 15 روز بعد ایئر فلٹر کی صفائی یقینی بنائیں۔

گھر میں موجود اشیاء، فرنیچر اور پردوں کا رنگ اگر گہرا ہو تو یہ 70 سے 80 فیصد تک سورج کی حرارت کو جذب کر کے گرمی میں اضافے کا باعث بنتے ہیں





برسوں کا رشتہ سب سے سچا!



Blitz

Licence No.
CM/L-2870/2012(R)
PS
Pakistan Standards
PS: 3947/2010(R)

YoungsFood

www.youngsfood.com | UAN: 111-YOUNGS



رمضان مبارک

اس رمضان کرم افطار **تلائے** کے ساتھ



Star

BULBULAY
Limka™

ٹینشن کو الیکرو **تلائے** سے chill کرو

Lemon Soda Water



From the House of
SixB Food Industries (Pvt.) Ltd.

Wear Your Style

This عید



Catch the Eid festivities with the all new elegantly designed Eid Collection at Stylo. So make a chic choice to fulfill your style needs. Get stylized today!

Visit your nearest STYLO outlet now!

stylo
Wear your Style

Cook like a Chef

پکانا ایک فن ہے اور مزید سیکھتے رہنے سے اس میں مہارت اور جدت پیدا کی جاسکتی ہے۔ یہ ایک ایسا فن ہے جس میں نمک یا مصالحہ ذرا سا تیز یا کم ہو جائے تو ساری محنت بے کار جاسکتی ہے۔ یہ فن محض ریسیپ کے ذریعے لکھ دیا گیا نہیں بنانا ہے بلکہ پکانے کے دوران ایسے کئی مسائل سے واسطہ پڑتا ہے جن کے بارے میں جاننا ضروری ہے۔ اس حوالے سے ہمیں کئی طرح کے سوالات بھی وصول ہوتے رہتے ہیں۔ کھانا پکانے کے حوالے سے آپ کی مشکلات آسان کر کے دیے گئے ہیں۔ آپ کے سوالات ہم نے اپنے ایکسپٹ شیفز کے سامنے بھی پیش کیے جن کے جوابات درج ذیل ہیں۔

پکانا ایک فن ہے اور مزید سیکھتے رہنے سے اس میں مہارت اور جدت پیدا کی جاسکتی ہے۔ یہ ایک ایسا فن ہے جس میں نمک یا مصالحہ ذرا سا تیز یا کم ہو جائے تو ساری محنت بے کار جاسکتی ہے۔ یہ فن محض ریسیپ کے ذریعے لکھ دیا گیا نہیں بنانا ہے بلکہ پکانے کے دوران ایسے کئی مسائل سے واسطہ پڑتا ہے جن کے بارے میں جاننا ضروری ہے۔ اس حوالے سے ہمیں کئی طرح کے سوالات بھی وصول ہوتے رہتے ہیں۔ کھانا پکانے کے حوالے سے آپ کی مشکلات آسان کر کے دیے گئے ہیں۔ آپ کے سوالات ہم نے اپنے ایکسپٹ شیفز کے سامنے بھی پیش کیے جن کے جوابات درج ذیل ہیں۔

ج: جی ہاں، دونوں کے لیے ایک جیسے اجزاء استعمال کیے جاسکتے ہیں تاہم دونوں کو الگ الگ برتنوں میں میری نیٹ کریں تو زیادہ بہتر ہے۔

س: پکانے کے دوران اکثر ٹوڈلز ٹوٹ جاتی ہیں۔ اس کے لیے کیا کریں؟

ج: ٹوڈلز کو ہمیشہ زیادہ پانی میں توڑا سا آئل ڈال کر ابالیں پھر تقاریریں۔ اس سے ٹوڈلز ٹوٹیں گی نہیں۔

س: ایسا کیا کیا جائے کہ پیاز کا نئے وقت

ہاتھ کی مدد سے بھی بیکس کی جاسکتی ہے۔

س: کیا پانی ابالنے کے لیے پکڑا ہوا مناسب ہے؟

ج: اگر آپ جلد پانی ابالنا چاہتے ہیں تو بیکس دے دیں۔ البتہ ایک ساعت سے کمزور آواز میں توڑا ہوا بہتر ہے اس سے بھاپ اندر جمع نہیں ہوتی رہے گی۔ ٹوڈلز دیا ہوا ہے تو احتیاط سے اٹھائیں ورنہ ہاتھ پر چھپ پڑنے سے ہاتھ جل بھی سکتا ہے۔ زیادہ جلدی ہوتے آج تیز کر لیں۔

س: ٹوڈلز کو کھانے سے پہلے ابالنا بھی چاہیے؟

ج: ٹوڈلز کو کھانے سے پہلے ابالنے کی ضرورت نہیں ہوتی کیونکہ بیکس ٹھنک کے دوران ہی گل جاتا ہے۔ البتہ اگر بیکس کو میری نیٹ یا بیٹر میں ڈب کرنا ہو تو پہلے ابالا جاسکتا ہے۔ اس طرح

س: رمضان المبارک میں عموماً روزانہ ہی افطاری میں سموے اور پکڑے تھے جاتے ہیں۔ اس مقصد کے لیے کیا روزانہ آئل بدلنا ضروری ہے؟

ج: ایک مرتبہ استعمال کیے گئے آئل کو دوبارہ استعمال کر سکتے ہیں۔ اس کے لیے آئل کو پوری طرح سے ٹھنڈا ہونے دیں، پھر چھان کر محفوظ کر لیں۔ تاہم اس آئل کا ایک ماہ سے زیادہ استعمال معصرت ثابت ہو سکتا ہے۔ اگر ایک ماہ سے پہلے ہی آئل میں جھاگ بننے لگے، آئل کا رنگ تبدیل ہو جائے یا اس میں کسی قسم کی بو پیدا ہو جائے تو اس کا استعمال ترک کر دیں۔ زیادہ بہتر ہوگا کہ آئل کو ریفریجریٹر میں محفوظ رکھیں۔

س: کیا بازاری اشیاء کی پیکنگ کو بیکس میں استعمال کیا جاسکتا ہے؟

ج: بازاری اشیاء کی پیکنگ مخصوص اشیاء کے لیے ہی تیار کی جاتی ہے۔ عموماً ہم ان اشیاء کو بیکس کا سودا سلف رکھنے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔ یہ پیکنگ بعض اوقات نقصان کا باعث بھی بن سکتی ہے۔ جیسے صرف کے بڑے پلاسٹک کے کنٹینر میں چھینی محفوظ کرنا مناسب بات نہیں جب کہ شیشے کے کنٹینر کسی چیز کو محفوظ رکھنے کے لیے استعمال کیے جاسکتے ہیں لیکن کوکنگ کے لیے انہیں استعمال نہ کریں۔ پیکنگ کی بعض اشیاء میں ایسے کیمیکلز ہوتے ہیں جو کھانے کی خوشبو اور ذائقے کو تبدیل یا ختم کر دیتے ہیں لہذا ان کے استعمال میں محتاط رہیں۔

س: کیا ہم الیکٹرک کسر کے بغیر ڈیا میٹرکس کر سکتے ہیں؟

ج: جی ہاں آڈو یا بیٹر بنانے کے لیے الیکٹرک کسر کے علاوہ فورک، سٹیچ، سٹیچ اور اس قسم کا کوئی ٹول استعمال کر سکتے ہیں۔

س: کچھ ریسیپز میں آئل اور مکھن اکٹھے استعمال کیے جاتے ہیں۔ اس کی کیا وجہ ہے؟

ج: مکھن جب گرم کیا جاتا ہے تو اس کا رنگ تبدیل ہونے لگتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ مکھن کے ساتھ آئل بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ آئل اور مکھن اکٹھے گرم کیے جائیں تو آئل کی موجودگی میں مکھن کا رنگ تبدیل نہیں ہوتا۔

فرانگ کا عمل کم وقت میں مکمل ہو جاتا ہے اور بیٹر کے اجزاء بھی اترنے نہیں پاتے۔

س: چکن یا کسی بھی قسم کے گوشت کو میری نیٹ کرنے کا کیا فائدہ ہوتا ہے؟ میری نیٹ کرنے کا بہتر طریقہ کیا ہے؟

ج: میری نیٹ کرنے کے لیے بہتر تو یہ ہے کہ مصالحے لگا کر گوشت کو ساری رات کے لیے پڑا رہنے دیں۔ ویسے وہ گھسنے کے لیے

آکھوں میں آنسو آئیں؟

ج: ہمارے ہاں پیاز کو ریفریجریٹر میں نہیں رکھا جاتا جب کہ ٹماٹر ریفریجریٹر میں رکھے جاتے ہیں۔ اگر پیاز کو ریفریجریٹر میں رکھا جائے تو پیاز کا نئے وقت آنکھوں میں پانی نہیں آئے گا۔ پیاز کاٹ کر پلاسٹک کے بیگ میں فریج میں رکھ دیں۔ اس سے فریج میں بو بھی پیدا نہیں ہوگی۔

Always a step ahead...

ISO 9001:2008
ISO 14001:2004
ISO 18001:2007
CERTIFIED

Specially designed for
**MODERN & HYGIENIC
COOKING**

Digitest.pk



**Kitchen
King®**
COOKWARE

For more variety of Exquisite Cookware
for your beautiful kitchen
please visit us at:

www.kitchenking.com.pk
www.kitchenking.pk

TEFLON METAL WARE INDUSTRIES

15-A, S.I.E-2, Gujranwala, Pakistan.

Tel: +92-55-4287282, 4287193 Fax: +92-55-4287159

info@kitchenking.com.pk, teflon_int@hotmail.com



AVAILABLE
at all leading stores specially
Hyperstar (H)
METRO
Cash & Carry



small fruits BIG benefits



موسم گرمی کی شدت اور دھوپ کی تپش کو برداشت کرنا بھی سہل نہ ہوتا اگر قدرت نے ان کے مقابلے کے لیے راحت افزا اور ٹھنڈے پھل نہ بنائے ہوتے۔ ویسے تو موسم گرما کے تمام پھل غذا بیت کے اعتبار سے مفرد اہیت کے حامل ہیں تاہم وہ پھل جن میں پانی اور قابضہ زہ پائے جاتے ہیں، ان کا استعمال خاص طور پر مفید رہتا ہے۔ ایسے ہی دو چھوٹے مگر بڑے فوائد کے حامل پھل فالسہ اور جامن ہیں۔

فالسہ اپنے 13 لگے اور فرحت بخش اثرات کے باعث بہت پسند کیا جاتا ہے۔ اس کا سائنسی نام *Grewia Asiatica* ہے۔ فالسے میں 81 فیصد پانی کے علاوہ پروٹین، چکنائی، ریشے اور نشاستہ بھی پایا جاتا ہے۔

گرمی کا موسم عروج پر آتے ہی جامن بھی جابجا دکھائی دینے لگتے ہیں۔ جامن کھانے کا اصل مزہ تو بے حد ہے جب درخت سے توڑ کر تازہ دھاڑو کھائے جائیں۔ جامن نرم اور میٹھا ہوتا ہے۔ اسے ٹھنڈا کر کے ٹمک لگا کر کھانے سے اس کا مزہ دو بالا ہو جاتا ہے۔ جامن کے گودے میں 84 فیصد پانی، 14 فیصد کاربوہائیڈریٹس، 0.7 فیصد پروٹین اور 0.3 فیصد فیٹ پائی جاتی ہے۔

”چہرے کے داغ دھبے جامن یا جامن کے شربت کے مسلسل استعمال سے دور ہوتے اور رنگت نکھر آتی ہے۔“



”فالسہ کے شربت میں عرق گلاب ڈال کر پیا جائے تو اس کے فوائد دو گنا ہو جاتے ہیں۔“

جامن کے بے شمار طبی فوائد ہیں۔ ذیابیطس کے مرض میں جامن انتہائی مفید ہے۔ اس میں شامل گلوکوسائڈ، نشاستے کو گلوکوز میں تبدیل ہونے سے روکتا ہے لیکن اس مرض کی مزید ادویات کے بجائے صرف جامن کے استعمال پر انحصار کسی طور مناسب نہیں۔ اسہال، گیسٹرو اور پیٹ کے کئی امراض کے لیے جامن کا سرکہ فائدہ مند ہے۔ کوٹکٹنے کی صورت میں جامن کھانے سے کوٹکٹنے کے اثرات کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔ جامن کے استعمال سے خون کا گاڑھا پن اور تیز اہیت ختم ہوتی ہے۔ چہرے کے داغ دھبے جامن یا جامن کے شربت کے مسلسل استعمال سے دور ہوتے اور رنگت نکھر آتی ہے۔ بیرونی استعمال کے لیے جامن کی گلیلیوں کو پانی میں بلیڈ کر کے اس کا پیٹ چہرے پر لگائیں۔

وٹامن اے، بی، سی، کالیم، پروٹین کے علاوہ جامن میں فولاد بھی پایا جاتا ہے۔ جن لوگوں میں خون کی کمی ہو یہ ان کے لیے بھی مفید ہے۔ جامن جسم کو تقویت دیتا اور معدے کی تیز اہیت کا خاتمہ کرتا ہے۔ اس میں موجود مفید اجزاء معدے کے زخم اور آنکھوں کا ورم ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اگر بھوک نہ لگتی ہو تو جامن کا گودا نکال کر کالانٹک، زیرہ، سیاہ مرچ اور تھوڑی سی شکر شامل کر کے شربت بنالیں۔ چند روز استعمال کرنے سے بدہضمی اور بھوک نہ لگنے کا مسئلہ دور ہو جائے گا۔ جامن وٹامن سی کی قدرتی خزانہ ہے۔ وٹامن سی کی کمی کی وجہ سے مسوڑھوں سے خون آتا ہو تو جامن کے پتوں کو پانی میں جوش دے کر تھوڑا سا نمک ملا کر غرارے کریں۔ منہ سے بڑھتی ہوئی جامن کھانے سے رفع ہو جاتی ہے۔ جامن گرتے ہوئے بالوں کو روکنے کے لیے قدرت کا بہترین تحفہ ہیں۔ بعض اوقات جلنے سے جلد پر سفید، بدقوا داغ پیدا ہو جاتے ہیں، ان داغوں پر جامن کے پتوں کا رس لگانے سے جلد کی اصل رنگت لوٹ آتی ہے۔

استعمال

جیم، سمودی، بیوری اور شربت کے علاوہ انھیں دیگر کئی طرح کے ڈیزرس میں استعمال کر کے ان کا مزہ دو بالا کیا جاسکتا ہے۔



فالسے میں بے شمار طبی اور غذائی فوائد پائے جاتے ہیں۔ یہ پیاس کو شربت میں کمی اور خون و دل کے امراض کو ختم کرنے کی تاثیر رکھتا ہے۔ تحقیق کے مطابق فالسے کا شربت جگر کے امراض اور خاص طور پر یرقان کے مریضوں کے لیے نہایت مفید ہے۔ تندرست افراد کے لیے بھی روزانہ فالسے کا ایک گلاس ٹھنڈا شربت پینا مفید ہے کیوں کہ یہ کئی امراض سے محفوظ رکھتا ہے۔ فالسے کا شربت سردی میں بھی فائدہ مند ہے۔ شدید گرمی اور لو میں فالسے کا ایک گلاس شربت پی کر سن اسروک سے بھی محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ فالسہ دل، معدہ اور جگر کو طاقت دیتا ہے۔ یہ پیاس بجھاتا اور گرمی کے بخار کو دور کرتا ہے۔ فالسے کی جڑ کا چھلکا ذیابیطس کے مرض میں استعمال کرنا مفید ہے۔ چپ دق میں فالسے کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے۔ معدے اور سینے کی گرمی اور بطن دور کرتا ہے۔ دل کی دھڑکن اور خاص طور پر بے چینی کو دور کرتا ہے۔ جن کا معدہ بوجھل رہتا اور طبیعت متلاقی ہو وہ ایک یا دو فالسے کا پانی نکال کر اس میں تین پاؤ چینی کس کر کے گاڑھا شربت تیار کریں۔ یہ شربت تین بڑے چمچ ہر کھانے کے بعد استعمال کریں۔ جلد پر بھلکھو وغیرہ ہوں تو ان پر فالسے کے پتے نرمی ملیں۔ اس کی جڑ کی چھال کا جوشانہ دہنا کر پیتا جوڑوں کے درد میں بے حد مفید ہے۔

فالسے کو دروز سے زیادہ رنفریجیٹر کے بغیر نہ رکھیں، خراب ہو جاتا ہے۔

سرد مزاج والے لوگ اسے زیادہ نہ کھائیں۔ اس کا زیادہ استعمال سینے اور پیچھے پھڑوں کو گزند پہنچا سکتا ہے لہذا معتدل استعمال کریں۔ فالسہ کے شربت میں عرق گلاب ڈال کر پیا جائے تو اس کے فوائد دو گنا ہو جاتے ہیں۔



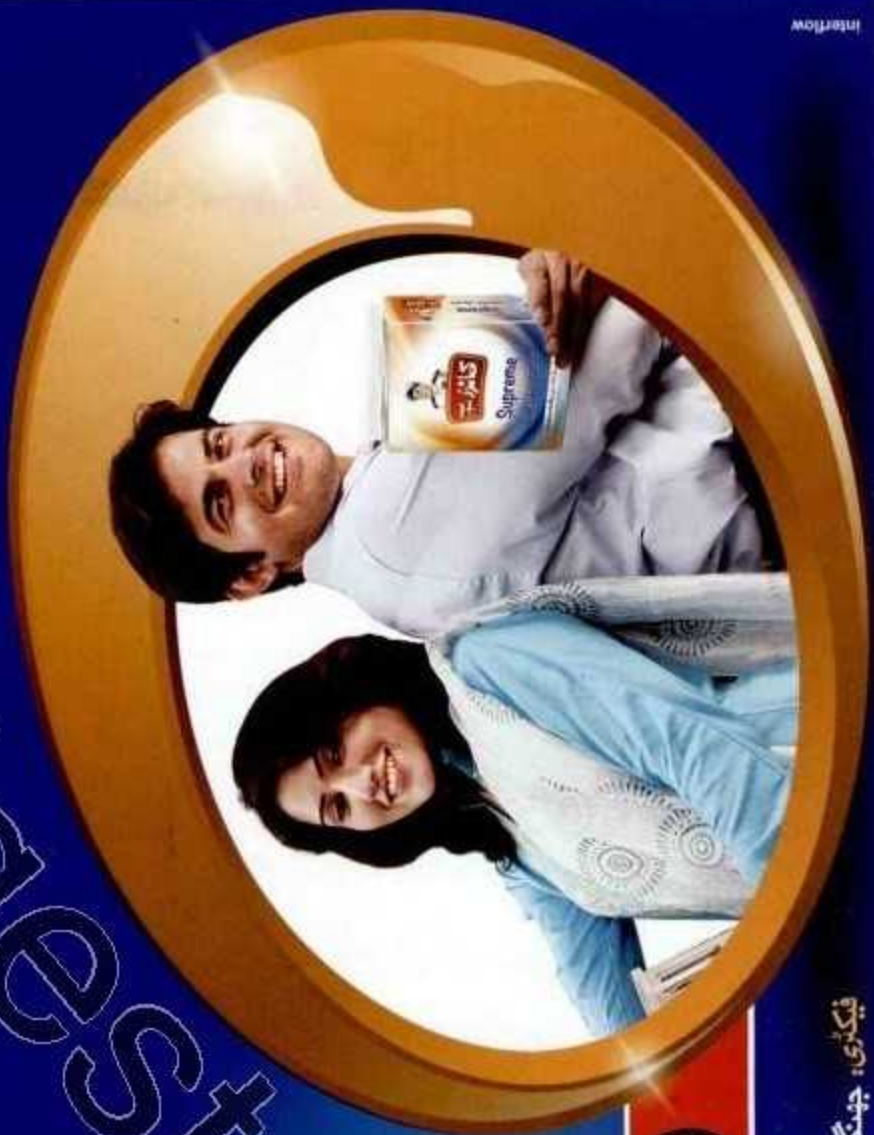
انسانیت کا رگڑا NO MORE

طاقتور جھاگ، دھلائی لا جواب



پراچہ کیمیکل انڈسٹریز

آفس: 83/2 گول مابن والا فیصل آباد، پاکستان فون: 26 22 671 (92-41)
 فیکٹری: جھنگ روڈ، سدھار فیصل آباد، پاکستان فون: 255 80 47-8 (92-41) فیکس: 251 88 58 (92-41)



Interflow

CITIZEN

Innovative | Durable | Comfortable

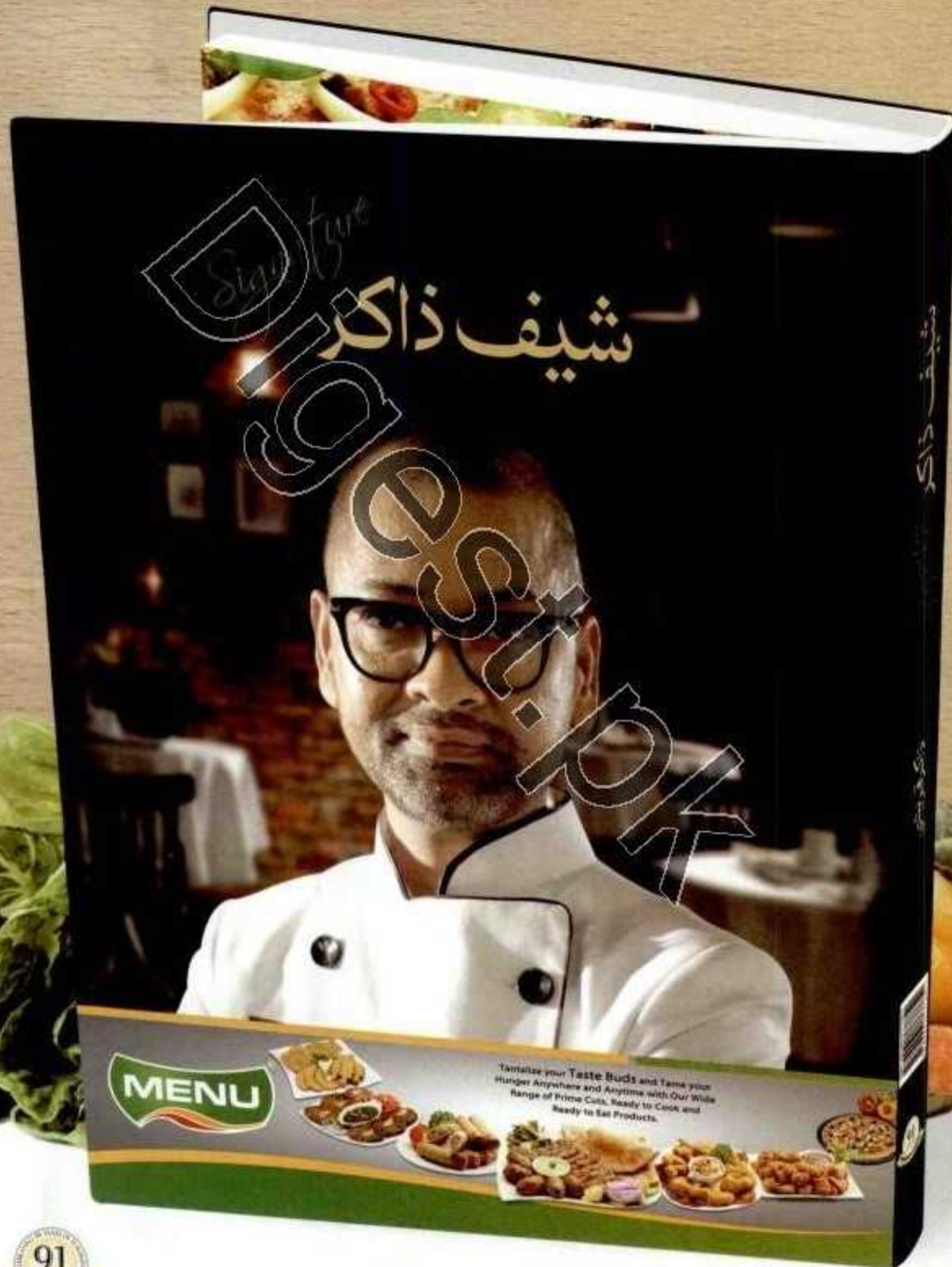


پلاسٹک فرنیچر انڈسٹری میں Pioneer

جس کی جدت، پائیداری اور منفرد Design آپ کے Life Style کو بنائیں دلکش اور آرام دہ، Citizen کی مقبولیت کے پیش نظر بہت سے اور نام بھی اس میدان میں آنے لیکن کوئی بھی Citizen کے معیار اور مہارت کو نہ چھو پایا کیونکہ Citizen نہ صرف اپنے معیار کو برقرار رکھا ہے بلکہ تیزی سے مہارت کی بلندی کی جانب گامزن ہے اور کیوں نہ ہو ہماری منزل آپ کی زندگی کو آپ کی پسند کے مطابق بہتر بنانا ہے۔

CITIZEN INTERNATIONAL PLASTIC INDUSTRIES (PVT) LTD.
UAN: 111-936-936

پاکستان کے مایہ ناز شیف ذاکر کی نئی کتاب



Published by

Jahangir Books

آج ہی اپنے قریبی بک سٹال سے طلب فرمائیں





پرائم کا وعدہ
صحت بخش اعلیٰ



Additional
Vitamin E



Prime Cooking Oil is produced from selected & prime quality vegetable oils. Prepared and packed under strict supervision, in scientific & hygienic conditions & in compliance with international standards of quality control.

Ingredients

- Canola Oil, SFO, SBO (Blended Product)
- Vitamin A 33iu/g
- Vitamin D 2.6 iu/g
- Vitamin E 60 iu/kg
- Antioxidants



PRIME OIL & GHEE MILLS



G.T. Road, Gujranwala. Ph: 055-3261000, 3262000, 3263000, 3264000, Fax: 055-3263100
E-mail: primebanaspati@gjr.paknet.com.pk Website: www.primebanaspati.com





عید مبارک

شیف ذاکر



مینگو سالسہ

اجزاء

1 عدد	آم
1 عدد	نماثر
1 عدد	ایو کاڈو
1 عدد	ہری مرچ
1/4 کپ (ہچ)	ہرا دھنیا (پتے)
1/4 کپ	پیاز (ہارک سلاش)
2 کھانے کے چمچ	لیموں کارس
حسب ذائقہ	نمک، کالی مرچ پاؤڈر

ترکیب

- آم، نماثر، ایو کاڈو اور ہری مرچ چٹکس میں کاٹ لیں۔
- پاؤل میں تمام اجزاء مکس کر کے اچھی طرح ملا لیں۔
- ٹھنڈا کر کے سرو کریں۔



اطالیہ میں گرلڈ برگر

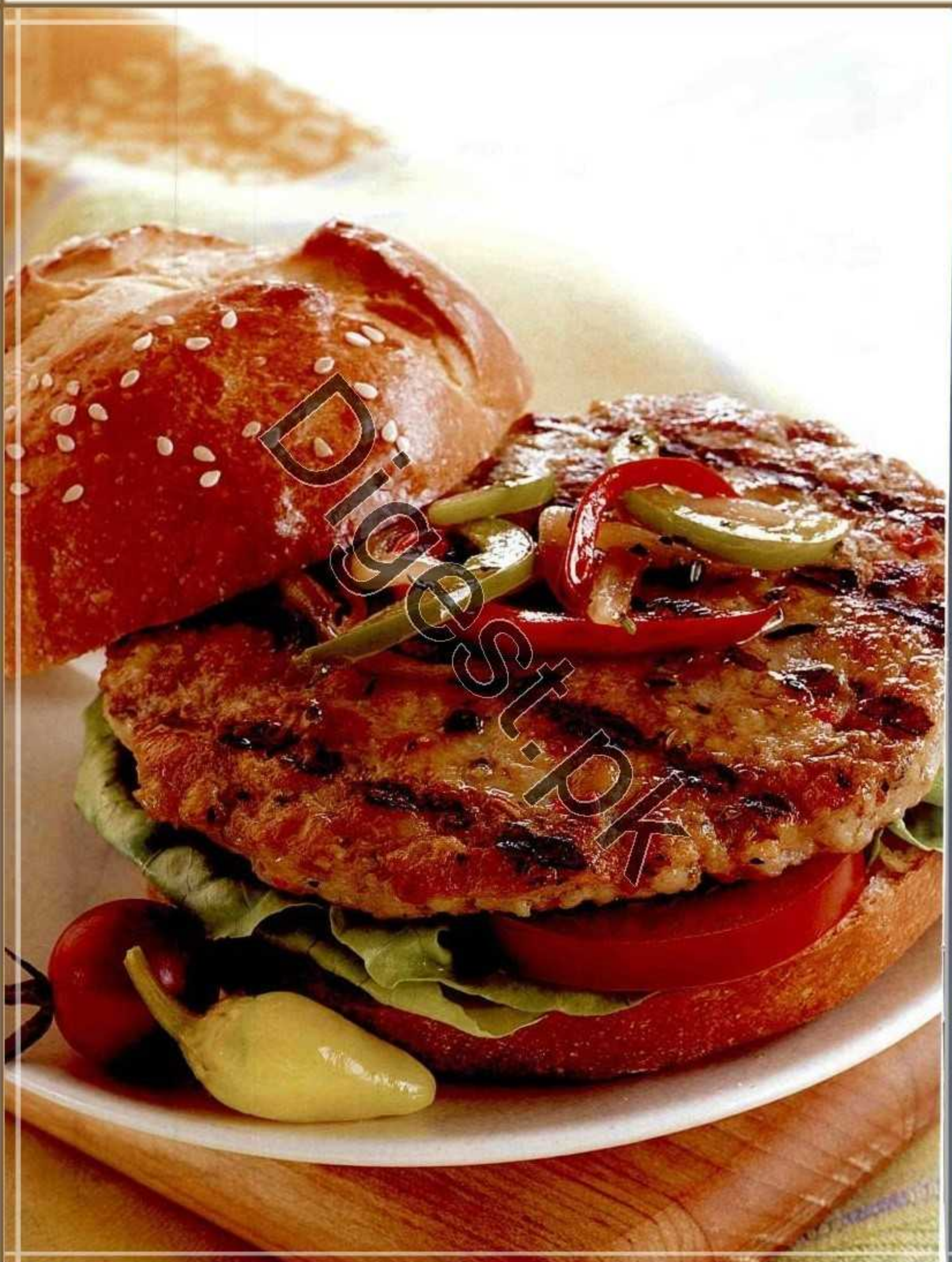
اجزاء

2-3 عدد	چکن سوچ
4 عدد	برگر بن
3 کھانے کے چمچ	اولیو آئل
2 کھانے کے چمچ	پیاز (ہارک سلاش)
2 کھانے کے چمچ	سرخ شملہ مرچ (ہارک سلاش)
2 کھانے کے چمچ	ہری شملہ مرچ (ہارک سلاش)
1 عدد (کرنل سلاش)	نماثر
3-4 عدد	سلاو پتا

ترکیب

- چکن سوچ کو موٹے سائز میں کاٹ کر تھوڑا دبا لیں تاکہ پختی کی طرح سیٹ ہو جائے۔ اب تھوڑے سے آئل سے برش کریں۔
- پھر دونوں سائیڈز سے 5 منٹ کے لیے گرل کر لیں۔
- 1/2 کھانے کے چمچ اولیو آئل میں پیاز اور شملہ مرچ ساتھ کر لیں۔
- برگر بن پر 1 کھانے کا چمچ اولیو آئل لگا کر 5 منٹ کے لیے گرل کر لیں۔
- ایک بن پر سلاو پتا رکھیں۔ اس پر نماثر کے سلاش پھر چکن پختی رکھیں۔
- ساتھ دہنی ٹھیلو رکھ کر اوپر دوسرا بن رکھ دیں۔
- دوسرا برگر بھی اسی طرح تیار کر لیں۔
- فریش برگر سرو کریں۔







جہانگیری مٹن بوٹی

شیف ڈاکٹر



عید مبارک

ترکیب

- مٹن میں میری نیشن کے اجزاء کس کر کے دو گھنٹے کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- مصالحے کے لیے گرم آئل میں اورک لہسن پیسٹ سائے کریں۔
- اب پیاز ڈال کر فرائی کریں۔ پھر ٹماٹر ڈال کر گھل جانے تک پکائیں۔
- باقی تمام اجزاء شامل کر کے اٹھانک پکائیں کہ آئل اوپر آجائے۔
- اب اس میں میری نیشن کیا ہوا مٹن ڈال کر بھونیں۔
- ضرورت ہو تو تھوڑا سا پانی شامل کریں۔
- پھر تھوڑی آنچ پر ڈھک کر 2-1 گھنٹے تک پکائیں۔
- تھوڑی گھل جانے تو چھلے سے اتار لیں۔
- نان یا روٹی کے ساتھ سرو کریں۔

مصالحے کے لیے

- 1 عدد (چوڑا) : پیاز
- 1 عدد (چوڑا) : ٹماٹر
- 2-3 عدد (چوڑا) : ہری مرچ
- 1 کھانے کا چمچ : اورک لہسن پیسٹ
- 1 کھانے کا چمچ : ہرا دھنیا (چوڑا)
- 1 چائے کا چمچ : گرم مصالحہ پاؤڈر
- 1/2 چائے کا چمچ : ہلدی
- 1/2 چائے کا چمچ : الائچی پاؤڈر
- 1/2 چائے کا چمچ : زیرہ پاؤڈر
- 1/2 چائے کا چمچ : سرخ مرچ (ٹلی ہوئی)
- حسب ذائقہ : نمک
- حسب ضرورت : آئل

: 1/2 کلو

اجزاء

مٹن (درہ پائی ہوئی)

میری نیشن کے لیے

- دہی : 1/3 کپ
- 1 کھانے کا چمچ : سرکہ
- 1 چائے کا چمچ : سرخ مرچ پاؤڈر
- 1/2 چائے کا چمچ : نمک



A Refreshing Way Naturally

آفتاب قرشی صندل

قدرتی صندل کی نیچرل ریفریشنگ کا ٹھنڈا میٹھا احساس



Aftab Qarshi Dawakhana: Muzamil Town, 20-Km, Multan Road, Chong, Lahore. Ph: +92-42-37511532-3.
Web: www.aftabqarshi.com Email: aftabqarshi@hotmail.com
www.facebook.com/AftabQarshi



شیف ذاکر Special

سیسمی نوڈلز و گریلڈ چکن

عید مبارک

اجزاء

پکن فلی

2 عدد :
: گارلیک کے لیے

برادھنیا (پے)

میری نیشن کے لیے

2 کھانے کے چمچ

سویا سوس

2 کھانے کے چمچ

لیمون کا رس

2 کھانے کے چمچ

پنٹ آئل

: 1 چائے کا چمچ

سیسمی آئل

نوڈلز کے لیے

: 1 ایکٹ (اوبلیر)

نوڈلز

: 3 کھانے کے چمچ

سویا سوس

: 2 کھانے کے چمچ

سیسمی آئل

: 1 چائے کا چمچ

پنٹ آئل

: 1 چائے کا چمچ

براون شوگر

: 1 چائے کا چمچ

لہسن پیسٹ

: 1 عدد (پہ پے)

ہری پیاز

ترکیب

- پکن میں میری نیشن کے تمام اجزاء مکس کر کے آدھے گھنٹے کے لیے پڑا رہنے دیں۔
- پھر دونوں طرف سے گریلڈ کریں۔
- نوڈلز میں تمام اجزاء مکس کر کے پیسٹ بن جائیں گے۔
- ادھر پکن فلی لٹا کر کریں۔

Ultimate COOKING GUIDE



Free Delivery

Available Now





ابرہو ہمیشہ
صحت مند!

100 فیصد خالص اور قدرتی

کسان



کارن آئل

کولیسٹرول سے پاک



Website: www.kisan.com.pk
Email: info@kisan.com.pk

کسان اتنا خالص جتنا پیار

MASS



اسپائسی بیکڈ آٹو

اجزاء

- آٹو : 2 عدد
- دار چینی (بسی ہوئی) : 1/2 چائے کاجی
- براؤن شوگر : 2 چائے کاجی
- لیموں کا رس : 1 کھانے کاجی
- چیریز : گارڈنگ کے لیے
- سرونگ کے لیے : سرونگ کے لیے

ترکیب

- اوون کو 200°C پر گرم کر لیں۔
- آٹو درمیان سے کاٹ کر گٹلیاں نکال دیں۔
- بیکنگ ٹرے میں آٹو رکھیں (کٹی ہوئی سائیڈ اوپر ہو)۔
- ہر ٹکڑے کے درمیان میں براؤن شوگر، دار چینی پاؤڈر اور لیموں کا رس چھڑکیں۔
- اب اوون میں 10-15 منٹ کے لیے بیک کریں۔
- نرم اور گولڈن براؤن ہو جائیں تو نکال لیں۔
- چیریز سے سجاکر وہی کے ساتھ سرو کریں۔



شیف ذاکر



عید مبارک

کستوری کباب

اجزاء

- بیت قیمہ : 1 کلو
- انڈا : 1 عدد (بیٹ لیں)
- ٹماٹر : 1 عدد (کاٹ لیں)
- پیاز : 2 عدد (کاٹ لیں)
- ہری مرچ : 3-4 عدد (پہ پٹ)
- برینڈ کریمز : 1/2 کپ
- ٹین : 1/2 کپ
- لیموں کا رس : 1 کھانے کاجی
- کھن (بکھلا ہوا) : 1 کھانے کاجی
- ادرک پیسٹ : 1 کھانے کاجی
- لہسن پیسٹ : 1/2 کھانے کاجی
- برادھنیا (پہ پٹ) : 4 کھانے کاجی
- کالی مرچ پاؤڈر : 1 چائے کاجی
- زیرہ پاؤڈر : 1 چائے کاجی
- آئل : فراننگ کے لیے
- وڈن اسکیورز : حسب ضرورت

ترکیب

- تھپے میں آئل کے علاوہ تمام اجزاء مکس کر کے 2-3 مرتبہ گرائنڈ کریں۔
- اب وڈن اسکیورز میں پروڈر ایک گھنٹے کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- پھر آہستگی سے اسکیورز سے نکالیں اور بیکنگ ٹین میں رکھ کر 220°C پر 15-20 منٹ کے لیے بیک کریں۔
- ٹین میں تھوڑا سا آئل گرم کر کے بیک کیے ہوئے کباب 4-5 منٹ کے لیے فرائی کر لیں۔
- گرم گرم سرو کریں۔



شان میں پکائیے شان سے کھائیے

شان بنائیتی اور کوکٹ آئل آپ کی طبیعت کو 30 سال سے صحت بخش زندگی کا اعلیٰ معیار پیش کر رہے ہیں اور آپ کے کھانوں کی غذائیت اور لذت کو دو بالا کر رہے ہیں
شان بنائیتی اور کوکٹ آئل آپ کا بروسوں کا اعتماد ہی ہمارا اعزاز ہے



ISO 9001:2008 Certified Company Product certified by P.S.Q.C.A



محبوب انڈسٹریز (پرائیویٹ) لمیٹڈ
UAN-111-117-426, www.shanghee.com 125-A



آج کیا پکائیں؟



جو بھی پکانا ہے سیزنز کنولا میں پکائیں

کیونکہ اس میں ہے اومیگا 3 جو کو لیسٹرول گھٹائے اور جسمانی قوت و مدافعت بڑھائے۔
اس کے قدرتی سنہری رنگ کی بدولت آپ کو ملے لذت اور صحت کی دولت۔



SEASONS FOR ALL THE RIGHT REASONS

**NEW
ARRIVAL**

پاکستان میں پہلی مرتبہ
نہ ٹوٹنے والا پلاسٹک فرنیچر

EID MUBARAK

25 کم از کم

سال ساتھ نبھائے



SONICA

Unbreakable

ہر مہنگی کرسی پیور نہیں ہوتی۔

توجہ فرمائیں!.....

• **PURE** صرف وہ جو **Unbreakable** ہے۔

• 100% ایمپورٹڈ فرنیچر گریڈ میٹرل سے تیار شدہ

• **SONICA Unbreakable**

• عام کمپنی کی کرسی سے 50 گنا زیادہ مضبوط۔

• تعارفی قیمت انتہائی مناسب

• پلاسٹک کرسی خریدتے وقت صرف اور صرف دوکاندار سے

SONICA Unbreakable نام لے کر طلب کریں۔



SONICA

A sign of Quality
& Durability



SONICA

Moulded Furniture

**M.A. INTERNATIONAL
PLASTIC IND. (PVT.) LTD.**

Head Office & Works:

G.T. Road, Near Pindi By Pass, Gujranwala - Pakistan.

Tel: +92 55 3891005-9 (5 Lines)

Fax: +92 55 3890471

E-mail: sonica.industry@gmail.com

Website: www.sonica.com.pk



شیف شازیہ



عید مبارک

کھویا سویاں

اجزاء

دودھ	: 2 لٹر
سویاں	: 1/2 کلو
چینی	: 1 1/2 کپ
کھجور	: 1 کپ
الاچی	: 3-4 عدد
دیں گی	: 2 کھانے کے چمچ

گارنشنگ کے لیے

کوکونٹ فلیکس	: 1 کھانے کا چمچ
بادام (کٹے ہوئے)	: 1 کھانے کا چمچ
پست (کٹا ہوا)	: 1 کھانے کا چمچ
کھویا	: 1 کپ

ترکیب

- دودھ کو اتنا ابالیں کہ تقریباً آدھا رہ جائے۔
- گرم گھی میں الاچی کڑکڑائیں پھر سویاں ڈال کر بھجھیں۔
- اب دودھ، چینی اور آدھی کھجوریں ڈال کر پکائیں۔
- دودھ خشک اور سویاں گل جائیں تو چوڑھے سے اتار لیں۔
- بقیہ کھجوروں، کوکونٹ فلیکس، کھوئے اور پست، بادام سے گارنشنگ کر کے سرو کریں۔

کڑھی پکوڑے

اجزاء

پکوڑے کھانے کے لیے	: 1 کپ
آئل	: 3 کھانے کے چمچ
زیرہ	: 1/2 کھانے کا چمچ
ہلدی	: 3/4 کھانے کا چمچ
سرخ مرچ پاؤڈر	: 1/2 کھانے کا چمچ
ادارک	: 1 کھانے کا چمچ (چوڑا)
برہی مرچ	: 3 عدد (چوڑا)
کری پتا	: 3-4 عدد
ہینگ	: چٹکی بھر
ہنگ	: حسب ذائقہ
کڑھی کے لیے	: 2 کپ
کھٹا دہی	: 2 کپ
بھجھار کے لیے	: 4 کھانے کے چمچ
ٹماٹر سرخ مرچ	: 4-5 عدد
آئل	: 1/4 کپ
پیار	: 1 عدد (چوڑا)

ترکیب

- پکوڑوں کے تمام اجزاء میں حسب ضرورت پانی شامل کر کے گاڑھی بیٹرنا میں اور گرم آئل میں پکوڑے فرائی کر لیں۔
- کڑھی کے لیے دہی میں ہینگ، ہنگ اور ہلدی اچھی طرح مکس کریں۔
- پین میں 3 کھانے کے چمچ آئل گرم کر کے زیرہ بھجھیں۔ اس میں ہینگ، برہی مرچ اور ادارک ڈال کر 1 منٹ پکائیں۔ پھر پیاز شامل کر کے فرائی کریں۔
- اب کری پتے، سرخ مرچ پاؤڈر اور دہی کا آمیزہ شامل کر کے مسلسل ہلاتے ہوئے پکائیں۔ گاڑھی ہو جائے تو پانی ڈال کر مزید پکائیں۔
- جب اس میں ٹپلے سے ہٹا شروع ہو جائیں تو چوڑھے سے اتار لیں۔
- پھر تیار پکوڑے اس میں ڈال دیں۔
- بھجھار کے لیے آئل گرم کر کے اس میں سرخ مرچ کڑکڑائیں اور کڑھی کے اوپر ڈال دیں۔
- گرم گرم کڑھی ابلے چاولوں کے ساتھ پیش کریں۔



عید مبارک

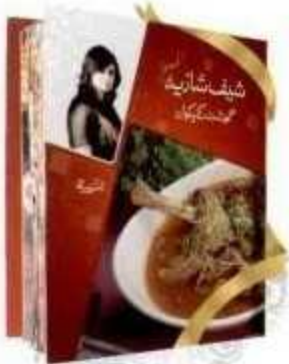




عید مبارک

قیمہ پورا

شیف شازیہ



Free Delivery
شیف شازیہ
گوشت کے پکوان

اجزاء

2 کپ	میدہ
1 چمکی	ہینگ سوڈا
فرائنگ کے لیے	آئل
گوشت جسنے کے لیے	دودھ
1 پاؤ	فیلنگ کے لیے
1 عدد (پہنڈ)	پکین قیہ
2 عدد (پہنڈ)	پیاز (1/2)
1 کھانے کا چمچ	ٹماٹر
2 کھانے کا چمچ	ادرک لہسن پیسٹ
1 چائے کا چمچ	آئل
حسب ذائقہ	سرخ مرچ پاؤڈر
	نمک

ترکیب

- آئل گرم کر کے اس میں ادرک لہسن پیسٹ فرائی کریں۔
- پھر قیہ ڈال کر اچھی طرح بھون لیں۔
- قیہ گھل جائے تو باقی تمام اجزاء ڈال کر اتنا پکائیں کہ پانی بالکل خشک ہو جائے۔
- میدے میں ہینگ سوڈا ڈال کر دودھ سے گوندھ لیں۔
- اب دو گھنٹے کے لیے ریفریجریٹر میں رکھیں اور نکال کر دوبارہ گوندھ کر رکھ دیں۔
- اب اس کے پیڑے بنالیں۔ ان پیڑوں کو تیل کر دوبارہ فولد کر کے پیڑا بنائیں۔
- زیادہ تیلوں کے لیے پیڑوں کو جتنی بار تیلیں اتنا ہی اچھا ہے۔
- پیسٹ کے بعد ان کے درمیان میں قیہ کی فیلنگ رکھ کر چاروں طرف سے پکوری کی طرح بند کر لیں۔
- پھر گرم آئل میں فرائی کر لیں۔
- کر ہی اور گولڈن ہو جائیں تو پیڑا ٹاول پر پھیلا دیں۔
- کاٹ کر چائے کے ساتھ سرو کریں۔



SPA-XCITE

By

VINCÉ Professional

Insist Your Beautician For VINCÉ
Facials as It **REPAIRS** Your Skin
Along With **INSTANT BEAUTY**



Renew, Refresh and Revive

Get rid of

- ✓ Pigmentation
- ✓ Freckles
- ✓ Premature aging

VINCÉ

FOR TRADE QUERIES: 0300 5124077, 0300 8887354
www.vincecare.com

مینگو سمودی

اجزاء

1 عدد (پھل کر مٹائی گئی)	آم
1 عدد (پھل کر مٹائی گئی)	کیلا
1/2 کپ	دہی
2 کپ	دودھ
2 کھانے کے چمچ	کریم
2-3 کھانے کے چمچ	پھنی
حسب ضرورت	برف (مٹی ہوئی)

ترکیب

- برف کے علاوہ تمام اجزاء اکٹھے بلینڈ کریں۔
- برف ڈال کر مزید بلینڈ کریں۔
- گارنش کر کے سرو کریں۔



عید مبارک



شیف شازیہ



چکن اسٹیک برگر

اجزاء

1 عدد	برگر بن
1 چائے کا چمچ	اورک لیسن پیسٹ
2 عدد (اسٹریپس کاٹ لیں)	چیز سلائس
2-3 عدد	سلاو پتا
1 کھانے کا چمچ	مکھن
1/2 عدد (اسٹریپس کاٹ لیں)	بون لیسن چکن بریسٹ
1/2 کپ	باربی کیوسوس
1 کھانے کا چمچ	آئل
1 کھانے کا چمچ	چلی دہی
1 کھانے کا چمچ	سویا سوس
1 کھانے کا چمچ	لیمن جوس
1 چائے کا چمچ	لیسن اورک پیسٹ
حسب ضرورت	پھنی
1 چائے کا چمچ	کئی سرخ مرچ
1/2 چائے کا چمچ	کئی کالی مرچ
1 چائے کا چمچ	مسٹر ڈیسٹ

ترکیب

- میری نیشن کے تمام اجزاء پاؤل میں مکس کر لیں۔
- اب چکن شامل کر کے کم از کم آدھے گھنٹے کے لیے پڑا رہنے دیں۔
- آئل گرم کر کے اس میں اورک لیسن پیسٹ فرائی کریں۔
- پھر چکن شامل کر کے اتنا پکائیں کہ کھل جائے۔
- برگر بن پر مکھن لگا کر ٹوسٹ کر لیں۔
- ایک بن پر سلاو پتا پھیلا لیں، اوپر تیار چکن اور چیز اسٹریپس رکھیں۔
- باربی کیوسوس ڈال کر دوسرا بن اوپر رکھیں۔
- سوس کے ساتھ سرو کریں۔



یہ رشتہ ہے زندگی کا

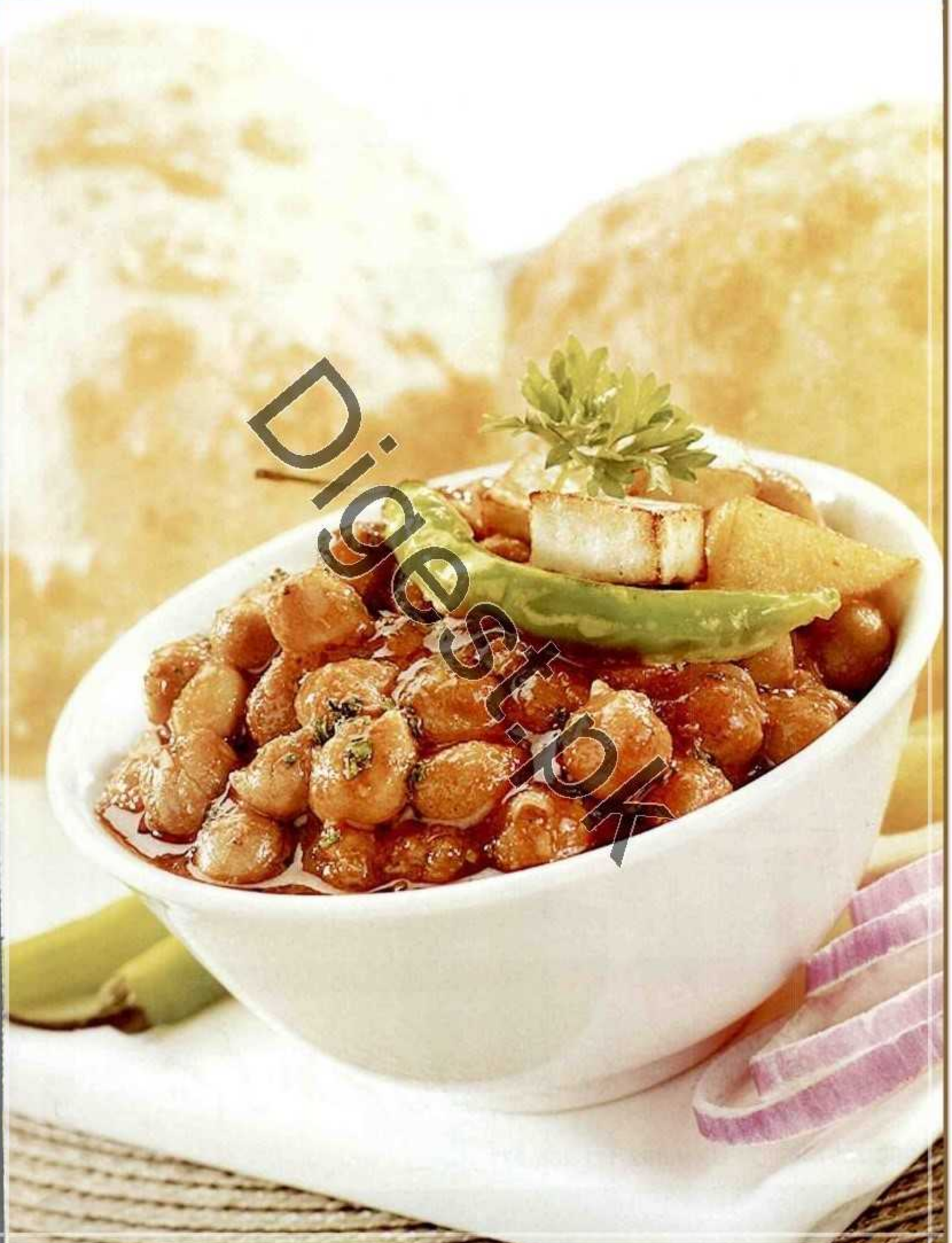


کیونکہ بات ہے صحت کی



شمیم گھی انڈسٹری (پرائیویٹ) لمیٹڈ بہاولپور

ہیڈ آفس: 6-B/2، ٹیپوشہید روڈ، ماڈل ٹاؤن - اے، بہاولپور 277-266-111-062 UAN: فیکس: 062-2887407





Special
حکیم عبدالغفار آغا

عید مبارک

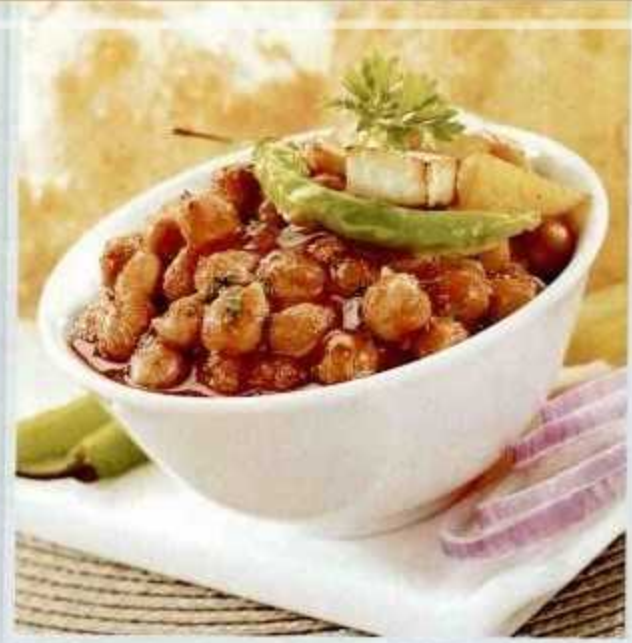
زعفرانی فرنی

اجزاء

5 کپ :	دودھ
1 کپ :	چینی (بسی ہوتی)
1/2 کپ :	جاول کا آٹا
4-5 قطرے :	مرق گلاب
1 چائے کاجی :	ونیل اسنس
1/2 چائے کاجی :	سبز الائچی پاؤڈر
1 کھانے کاجی :	پستہ (کرناٹا کی)
1 کھانے کاجی :	بادام (کرناٹا کی)
1 کھانے کاجی :	گارشنگ کے لیے
1 کھانے کاجی :	بادام (کے ہوئے)
1 کھانے کاجی :	پستہ (ہڈ)

ترکیب

- دودھ میں مرق گلاب اور الائچی پاؤڈر ڈال کر اُپالیں۔
- اب جاول کا آٹا شامل کر کے کچھ چلاتے ہوئے تھوڑا گاڑھا ہو جانے تک پکائیں۔
- پھر چینی اور کرناٹا کی پستہ ڈال کر پکائیں۔
- فرنی گاڑھی ہو جانے کو وینیل اسنس مرق کے چھ لٹے سے اتار لیں۔
- بادام اور پستہ سے سجا کر ٹھنڈا کر کے ٹھونگیوں میں سرو کریں۔



تندوری چنے

اجزاء

2 کپ :	سفید چنے (لپٹے ہوئے)
1/2 کپ :	ٹماٹو پیوری
1 چائے کاجی :	اورک لیسن پیسٹ
1 عدد (چوڑا) :	پیاز
1 چائے کاجی :	سرخ مرچ پاؤڈر
حسب ذائقہ :	نمک
1 کھانے کاجی :	املی
1 کھانے کاجی :	چینی
1/2 کپ :	پانی
1/2 چائے کاجی :	زیرہ پاؤڈر
1/2 چائے کاجی :	سبز الائچی پاؤڈر
3 کھانے کاجی :	آئل
1 چائے کاجی :	ہر اوٹھنیا (چوڑا)
	گارشنگ کے لیے
چند کیوبز :	فرائیڈ پنیر
2-3 عدد :	فرائیڈ ہری مرچ

ترکیب

- پانی میں املی، چینی اور تھوڑا سا نمک ڈال کر اتنا پکائیں کہ پاپ الگ ہو جائے۔
- گھٹلیاں نکال کر پانی بلینڈ کر لیں۔
- آئل گرم کر کے اس میں اورک لیسن پیسٹ ساتے کریں۔
- اب پیاز ڈال کر فرائی کریں۔
- ٹماٹو پیوری ڈال کر 2-1 منٹ پکائیں۔
- اب باقی تمام اجزاء (املی کا پانی بھی) شامل کر کے 2-1 منٹ پکائیں۔
- آخر میں چنے ڈال کر کھلی آگ پر 3-4 منٹ کے لیے دم دے دیں۔
- سرونگ باؤل میں نکال کر فرائیڈ پنیر اور ہری مرچ سے گارنش کر کے سرو کریں۔



Special حکیم عبدالغفار آغا

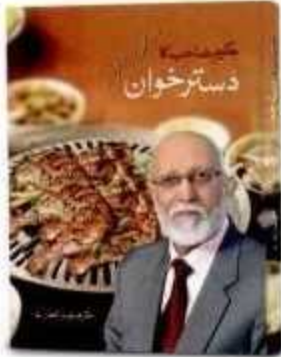


فرائیڈ چکن اسٹریپس وڈ چپس

عید مبارک

ترکیب

- بریڈ کریمز کے علاوہ میٹر کے تمام اجزاء مکس کر کے چکی میٹر تیار کر لیں۔
- چکن اسٹریپس کو میٹر میں اچھی طرح ڈپ کریں پھر بریڈ کریمز میں رول کریں۔
- اب گرم آئل میں فرائی کر لیں۔
- آلو چھیل کر چپس کاٹ لیں۔
- پھر نمک اور لیموں کا رس لگا کر 10 منٹ کے لیے رکھ دیں۔
- گرم آئل میں فرائی کر لیں۔
- سرونگ پلیٹ میں چپس ڈالیں اور چکن رکھ کر ڈپنگ
- اور کول ملے کے ساتھ سرو کریں۔



Free Delivery
حکیم صاحب کا
Special دسٹرخوان

اجزاء

بون لیس چکن اسٹریپس	10-8 عدد
آئل	فرائنگ کے لیے
بریڈ کریمز	1 کپ
میدہ	1/2 کپ
دودھ	1/2 کپ
ٹین	1/4 کپ
الٹا (سفیدی)	1 عدد
سفید مرچ پاؤڈر	1 چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ
چپس کے لیے	
آلو	2 عدد
لیموں کا رس	1 کھانے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ
آئل	فرائنگ کے لیے



شمع زندگی کی



With Vitamin A, D & E

Crystal Clear, Light & Easy to Digest

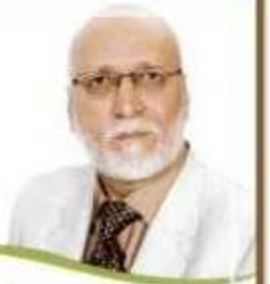
Reduce Risk of Heart Diseases



ASSOCIATED INDUSTRIES LIMITED INDUSTRIAL AREA AMANGARH, NOWSHERA
ISO 9001:2008, ISO 14001:2004, ISO 22000:2005 CERTIFIED COMPANY
Associated Industries Limited



Special
حکیم عبدالغفار آغا



عید مبارک مرزا ننگن قورمہ

اجزاء

مٹن (بڑی سے ساتھ)	: 1/2 کلو
کشمیری سرخ مرچ پاؤڈر	: 2 چائے کے چمچ
ونگ	: 1/2 چائے کا چمچ
سوف پاؤڈر	: 1 چائے کا چمچ
ہلدی پاؤڈر	: 1/2 چائے کا چمچ
املی	: 1 کھانے کا چمچ
ادرک پاؤڈر	: 1/2 چائے کا چمچ
مسٹرڈ آئل	: 1/2 کپ
دارچینی	: 2 چمچ کا ٹکڑا
سبز الائچی	: 3 عدد
لونگ	: 3-4 عدد
نمک	: حسب ذائقہ

ترکیب

- املی کو گرم پانی میں 20-15 منٹ کے لیے بھگو دیں۔
- 4 کھانے کے چمچ آئل گرم کر کے اس میں دارچینی، الائچی اور نمک ڈال کر تھوڑا سا بھجھائیں۔
- خوشبو آنے لگے تو اس میں گوشت اور نمک ڈال کر بھجھائیں۔
- اب تین گلاس پانی ڈال کر درمیان آگ پر اتنا ابالیں کہ گوشت تقریباً مکمل جائے۔
- اب گوشت اور بھجھائی الگ کر لیں۔
- سوف پاؤڈر، کشمیری سرخ مرچ، ادرک پاؤڈر اور ہلدی میں تھوڑا سا پانی کمس کر کے پیسٹ بنالیں۔
- بقیہ آئل گرم کر کے اس میں ونگ شامل کریں۔ اب تیار مصالحہ پیسٹ بھی شامل کر دیں۔
- پھر املی کا پانی مختار کر شامل کریں اور اتنا پکا لیں کہ آئل پانی کے اوپر آ جائے۔
- اب گوشت شامل کر کے پکا لیں۔ گوشت تقریباً مکمل جائے تو یعنی شامل کر کے پکا لیں۔
- گریوی گاڑھی ہو جائے تو چولہے سے اتار لیں۔
- چاول، نان یا چپاتی کے ساتھ سرو کریں۔



جو فیس فریش
وہی بیوٹی فل

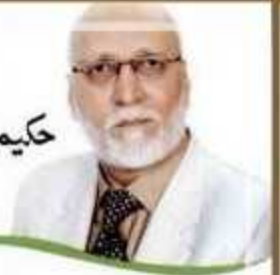
**FACE
FRESH**

Beauty Cream



عید مبارک

حکیم عبدالغفار آغا



چکن پیپر

اجزاء

بون لیس چکن	: 1/2 کلو	گرم مصالحہ پاؤڈر	: 1/2 چائے کا چمچ
لہسن	: 7-8 جوسے (چوڑے)	دھنیا پاؤڈر	: 2 چائے کے چمچ
اورنگ	: 2 چمچ کا گڑا (چوڑے)	کالی مرچ پاؤڈر	: 3 چائے کے چمچ
پیاز	: 2 عدد (چوڑے)	لیمونس کا رس	: 1 کھانے کا چمچ
لٹائر	: 2 عدد (گرائنڈ لیس)	ٹاریل (ٹیل کپا)	: 1/2 کپ
کری پٹا	: 4-5 عدد	رائی دانہ	: چمکی بھر
ہری مرچ	: 4-5 عدد (چوڑے)	آئل	: حسب ضرورت
ہلدی	: 1/2 چائے کا چمچ	نمک	: حسب ذائقہ

ترکیب

- چکن کو 1/2 چائے کا چمچ ہلدی، 1/2 چائے کا چمچ کالی مرچ پاؤڈر، لیمونس کا رس اور نمک لگا کر 30 منٹ کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- گرم آئل میں رائی دانہ اور کری پٹا کڑا لیں پھر اورنگ اور لہسن شامل کر کے ہلکا فرائی کریں۔
- اب پیاز، ہری مرچ، دھنیا پاؤڈر اور رائی دانہ ہلدی شامل کر کے 1 منٹ پکائیں۔
- پھر گرائنڈ کیے گئے لٹائر اور 4 کھانے کے چمچ پانی شامل کر کے پکائیں۔
- چکن اور نمک شامل کر کے 10-15 منٹ پکائیں۔
- پھر بقیہ کالی مرچ پاؤڈر، گرم مصالحہ پاؤڈر اور ٹاریل ڈال کر مزید پکائیں یہاں تک کہ چکن گل جائے۔
- تیار ہونے پر گرم گرم سرور کریں۔

الائیچی چکن تکا

اجزاء

بون لیس چکن	: 500 گرام (1 1/2 کلو کے کتے میں کات لیں)
دہی	: 4 کھانے کے چمچ
کاجو پیسٹ	: 1 کھانے کا چمچ
کریم	: 3 کھانے کے چمچ
اورنگ لہسن پیسٹ	: 1 کھانے کا چمچ
لیمونس کا رس	: 2 کھانے کے چمچ
الائیچی پاؤڈر	: 1 1/2 چائے کا چمچ
گرم مصالحہ پاؤڈر	: 1/2 چائے کا چمچ
سفید مرچ پاؤڈر	: 1/2 چائے کا چمچ
ایجوئن	: 1/2 چائے کا چمچ
ہری مرچ (ٹوٹ لیں)	: 1 چائے کا چمچ
قصوری میتھی (پاؤڈر)	: 1 چائے کا چمچ
نمک	: حسب ذائقہ
آئل	: 3 کھانے کے چمچ

ترکیب

- چکن پر اورنگ لہسن پیسٹ، سفید مرچ پاؤڈر، ہری مرچ، نمک اور لیمونس کا رس لگا کر 3-4 گھنٹے کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- پھر دہی، کاجو پیسٹ، کریم، الائیچی پاؤڈر، گرم مصالحہ پاؤڈر، قصوری میتھی، ایجوئن اور آئل لگا کر ایک گھنٹے کے لیے پڑا رہنے دیں۔
- چکن کیو بڑ کو اسکینورز میں پروالیں پھر 10-15 منٹ کے لیے برائل کریں۔
- اسکینورز نکال کر آئل سے برش کریں اور مزید 10-12 منٹ کے لیے برائل کریں۔
- تیار ہونے پر سلا اور ڈسچارج کے ساتھ سرور کریں۔





اپنی ریسیپیز میں شامل کریں، اور بیش از حد مزہ

فائدہ

ایک لیٹر دودھ

چار ٹیبل اسپون چینی

آدھا کپ بونل اسکیم

ایک ٹیبل اسپون الائچی پاؤڈر

چار ٹیبل اسپون جام شیریں

چار اسکوپ وٹیا آئسکریم

ایک کپ اسٹرایری جیلی

پستے اور بادام سجاوٹ کے لیے

ایک لیٹر دودھ

چار ٹیبل اسپون چینی

آدھا کپ بونل اسکیم

ایک ٹیبل اسپون الائچی پاؤڈر

چار ٹیبل اسپون جام شیریں

چار اسکوپ وٹیا آئسکریم

ایک کپ اسٹرایری جیلی

پستے اور بادام سجاوٹ کے لیے

جام شیریں


کساٹھ میچرل ہے!

رونقِ رمضان



www.facebook.com/QarshiPakistan | www.qarshi.com

Manhattan Leo Burnett



Rafhan Birthday surprise

Football Themed Jelly Tart

Ingredients:

- 10 inch tart shell
- 4½ tbsp Rafhan Vanilla Custard Powder
- 2 Rafhan Banana Jelly Packs
- 2½ cup milk
- 3 tbsp sugar
- ½ cup cream

Preparation:

1. 2 Rafhan Banana Jelly Packs prepared and set in a dish.
2. Heat milk in a saucepan along with the sugar. Dissolve Rafhan custard powder with a dash of milk. Add mixture to the hot milk and whisk well to combine. Cook until thick. Remove from the stove and cover with cling film. Once cool add the cream and beat well to thicken.
3. Pipe ready custard into the tart shell and place in the refrigerator to set. Mash the Rafhan Banana Jelly and layer it on top of the custard. Serve with fresh fruit or enjoy the jelly tart on its own.

Now you can create these magical desserts at home, simply log on to
 f /RafhanDesserts or SMS Recipe to 8398 to get your hands on your favourite recipe.

Rafhan se Birthday magical ho!



Fruit Drinks

with real fruit chunks

Digitized by PAKSOCIETY.COM



Salman's fruit drinks are made with
highest quality fruits.
With real fruit pulp and chunks.
Available in Mango, Apple, Orange,
Peach and Strawberry flavor.
Packing: 250ml & 500ml



Salman Corporation (Pvt.) Ltd.

Email: customercare@salmans.co

Website: salmancorp.com



Low Cal Recipes

کیوی لٹائن اپیل سیلڈ

ترکیب

- لیموں کے رس میں چینی شامل کر کے بیٹ کریں۔
- سرونگ کپ میں انار کے دانے، کیوی، پائن اپیل اور پودینے کے پتے ڈالیں۔
- لیموں اور چینی کا آمیزہ ڈال کر کس کر لیں۔
- ٹھنڈا کر کے سرو کریں۔

کیلوریز

92

: 2 عدد (پمیل کرکٹ لیں)

40

: 1/2 کپ

15

: 1 کھانے کا چمچ

3

: 1 کھانے کا چمچ

10

: 1 چائے کا چمچ

0

: 1 چائے کا چمچ

اجزاء

کیوی

پائن اپیل (کیوی)

انار (دانے)

لیموں کا رس

چینی (پودر)

پودینہ (پتے)



کیلوریز 160

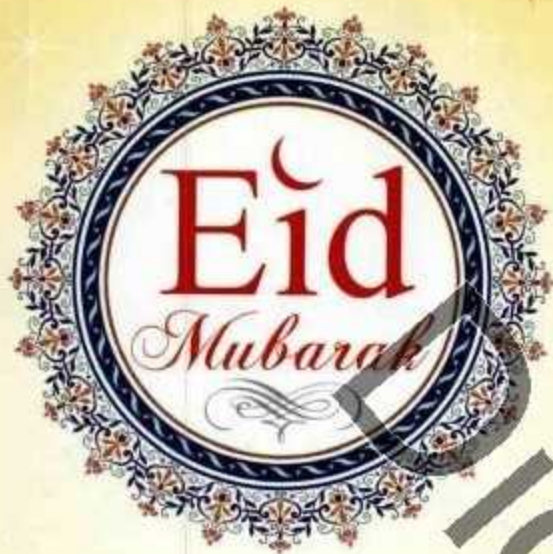
سرونگ 1-2



NOVA®
GLASSWARE

Chef Special

NOVA®
GLASSWARE



Brands of the year Award 2013
IT'S ALL ABOUT CHAMPIONS



NOVA ... The Wise Choice

A vast range of glasses, goblets, colored goblets and jugs.



ہر افطار کا مزا بڑھائے

چینا چاٹ مصالحہ | دہی بڑا چاٹ مصالحہ | فروٹ چاٹ مصالحہ

www.facebook.com/shanfoods | www.shanfoods.com

ستارہ میپے

تو سب ہی کو بھائے



صحت کی دنیا
لذت کا نام


صادق ویجیشبل گھسی ملز (پرائیوٹ لمیٹڈ)
21 کلومیٹر فیروز پور روڈ لاہور۔

UHU[®] super glue

اب تھوڑے دمے لاء



A Product from
Germany

 facebook.com/uhupakistan
www.uhu.com

♦ ہر چیز جوڑوے ہاتھ کے ہاتھ ♦ دوبارہ استعمال نہایت آسان ♦ وزن: ۳۳ گرام

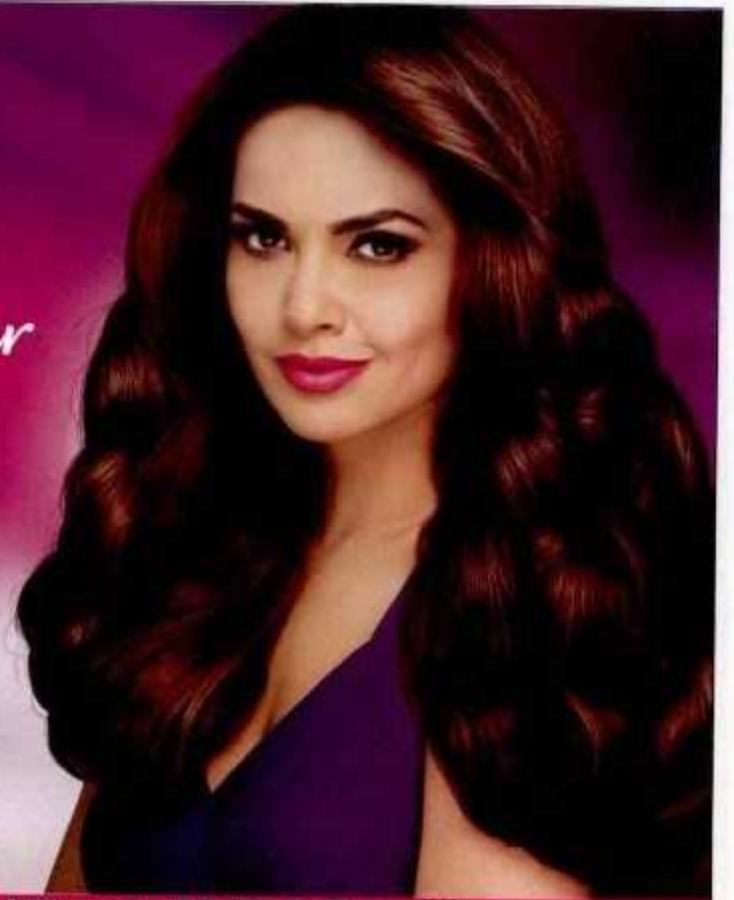
Italiano®

Permanent Hair Colour Cream

- ✓ Gives strength to hair
- ✓ Soft and glossy hair
- ✓ Even coverage
- ✓ No greys

Colour Your Life

Eshe Gupta



Nourishment for Hair With Silk Protein, Vitamin E & Hair Conditioner

*Available in 10 Different Shades



دانتوں کے درد، مسوڑھوں سے
خون آنا، ڈھنڈا گرم لگنا اور
دیگر تکالیف کے لیے

10 پر اہل
1 حل



Dr. Atta-ur-Rehman
Dental Surgeon

مریض کا بہروسہ ڈاکٹر پر

ڈاکٹر کا بہروسہ 25 سال سے میڈی کیم ڈینٹل کریم



بدل ڈالے
اپنی قسمت



گوری رنگت کے لئے اب دو نہیں صرف ایک!

لیڈزوائٹنگ کریم میں موجود وٹامن B اور لائیگوچین دے صرف 5 دن میں نکھری رنگت اور داغ
دھبوں، چھائیوں سے مکمل چھٹکارا۔ رات کو سونے سے پہلے چہرے کو واشنگ کر لیں اور تھوڑی سی
مقدار میں لیڈزوائٹنگ کریم چہرے پر لپ کر لیں۔

0321-5510258 رابطہ کیجئے

NEW LOCATION



ASKARI PARK KARACHI

RAMADAN FOOD FESTIVAL

Iftar ^{plus} Dinner

مکمل افطار کے ساتھ 54 ڈائیز بوفے ڈنر

Only For

ADULTS

Rs. 799/-

Include All Taxes

CHILD

Rs. 449/-

Include All Taxes
3 to 7 Years

Limited Time Offer



FREE

MINERAL WATER & TEA

KOHINOOR

TEZ MIXTURE



نماز مغرب کا باجماعت اہتمام

Main Askari Park Opp. PSO Pump, Between Jall Chowrangl & Hassan Square, Karachi. Ph: 021-34924543 Mob: 0300-2139842
0323-2624266 E-mail: ronaqmelarestaurant@yahoo.com
www.facebook.com/ronaqmelarestaurant



نساء ایکسٹرا گلوئنگ وائٹننگ کریم

ایک منفرد
فیلرٹس
ٹریٹمنٹ
خوبصورت
اور جوان
رنگت کے لئے



TREND
INTERNATIONAL
WWW.TRENDOLK.COM

ٹینشن نہ لو۔ گوراپن چاہیے
نساء وائٹننگ کریم لو



Samsol®
A TRUSTED BRAND SINCE 1962

**FASHION
RANGE**

For a
brand
new you



- 36 Chocolate Brown
- 29 Mahogany Brown
- 27 Mahogany
- 25 Burgundy
- 23 Mocha
- 21 Beige Blonde



Winner of
**Brands
of the year
Award**
IT'S ALL ABOUT CHAMPIONS



f /samsolinternational

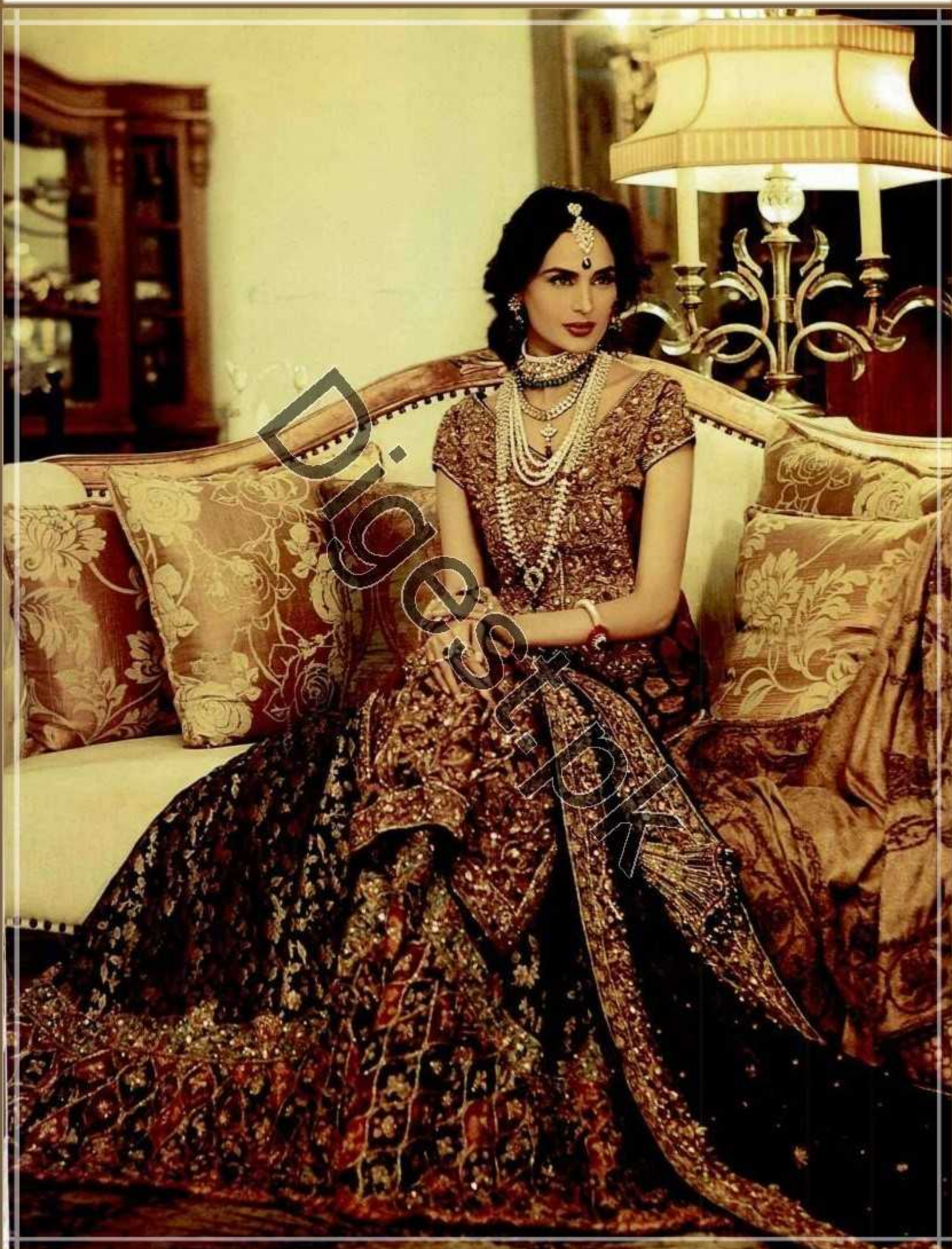
www.samsol.com.pk

The Secret to Beautiful Hair®

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM

ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN

PAKSOCIETY1 f PAKSOCIETY



FaceFresh™

CLEANSER CREAM

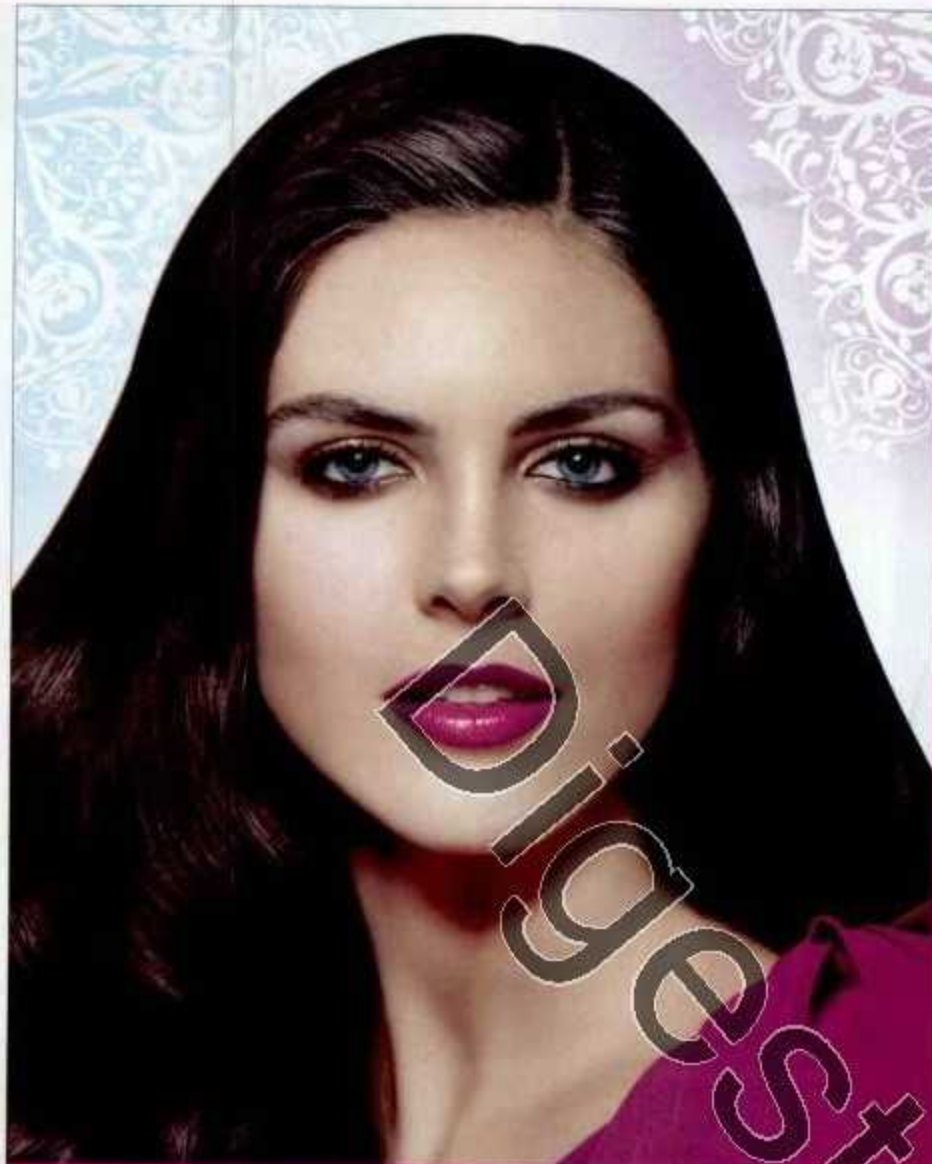
جو فیس فریش وہی بیوٹی فل



لکائی رکھیں پوری رات
چھائیاں، جھریاں، داغ، دھبے، بلکے، گہرے ککڑا لکڑے







Medora

Matte,

Semi Matte,

Glitter

and

Glossy

Lipsticks

with matching

Nail Polish



MATTE
IN 90 COLOURS



SEMI MATTE
IN 20 COLOURS



GLITTER
IN 21 COLOURS



GLOSSY
IN 25 COLOURS

Get a look that compliments your overall style
with Medora's extensive range of lip and nail colours.

MEDORA OF LONDON

for a more beautiful you

BOBBY JASOOS

اس فلم میں ودیا بان مرکزی کردار ادا کر رہی ہیں اور یہ کردار ایک جاسوس کا ہے۔ ودیا اپنے شہر حیدر آباد میں نمبر ون جاسوس بننا چاہتی ہے اور یہ جاسوسی تو سیاسی ہے نہ ہی سماجی بلکہ وہ اپنے بلاگ "بونی سب جانتی ہے" میں بالی وڈ اسٹارز کے راز افشا کرتی ہے۔ ودیا کے مقابل علی افضل لیدرول پلے کر رہے ہیں۔ فلم کی ڈائریکشن سریش چب کے پروڈکشن ویامیرزا، ساحل سنگھرا کی ہے۔ ودیا اور ودیا اس بات سے اتفاق کرتی ہیں کہ بالی وڈ کی بہت کم موویز ایسی ہیں جن میں عورتوں کو مرکزی کردار دیا جاتا ہے لہذا وہ ودیا بان کو مرکزی کردار دے کر اس فلم کو فی میل اور ہائیڈرکمرشل انٹرنیٹ بنانے کی کوشش کی گئی ہے۔ ودیا اور ودیا اپنی اس کوشش میں کس حد تک کامیاب رہتی ہیں یہ تو فلم دیکھ کر ہی پتا چلے گا، تاہم ودیا کے شائقین فلم کی کامیابی کے لیے پریقین ہیں۔



Humpty Sharma ki Dulhania

شہنا گل کپتن کی ڈائریکشن اور کرن جوہر کی پروڈکشن میں بننے والی اس فلم میں عالیہ بھٹ، ورون دھون، اشوٹوش رانا اور سدھارتھ شکلا مرکزی کردار ادا کر رہے ہیں۔ انڈین ٹی وی اسٹار سدھارتھ شکلا کی یہ پہلی فلم ہے جب کہ فلم کے ڈائریکٹر شہنا گل بھی اس فلم کے ذریعے اپنے کریئر کا آغاز کر رہے ہیں۔

فلم میں ورون ایک عام سے لڑکے کا کردار ادا کر رہا ہے جو اپنی محبت کی تلاش میں سرگرداں ہے جب کہ عالیہ ایک مضبوط کردار کی مالک دہلی کی رہنے والی لڑکی ہے جو زندگی میں کچھ کر گزرنا چاہتی ہے۔ عالیہ کو کورین کپور کی فلم بھی دکھایا گیا ہے۔ ورون کی یہ عادت کہ وہ غلط جگہ پر غلط بات کر جاتا ہے فلم میں مزاح کا باعث بھی ہے۔ فلمی پنڈتوں کے مطابق ہلکے پھلکے مزاح پر مشتمل یہ لو اسٹوری شائقین کی تفریح کا باعث رہے گی۔



GET YOUR KICK THIS EID

سلمان خان کے شائقین بڑی مدت سے اس فلم کے انتظار میں تھے جو بالآخر عید پر ریلیز ہو رہی ہے۔ فلم کی خاص بات یہ ہے کہ اس میں سلمان خان "Devil" کا کردار ادا کر رہے ہیں۔ ان کے مقابل جیکو لین فرنیڈز مرکزی کردار ادا کر رہی ہیں۔

سلمان خان آج کل جیکو لین کے گن گاتے دکھائی دیتے ہیں اور بقول ان کے جیکو لین میں انھیں زینت امان کی جھلک دکھائی دیتی ہے۔ امید کی جارہی ہے کہ سلمان اور جیکو لین کی کیمسٹری سینما سکرین پر پسند کی جائے گی۔

کیا سلمان خان فلم میں واقعی "Devil" کا کردار ادا کر رہے ہیں جو شہر بھر کے لیے مصیبت کا باعث ہے؟ یہ جاننے کے لیے تو فلم کی ریلیز کا انتظار کرنا پڑے گا تاہم یہ کہنا بے جا نہ ہوگا کہ سلمان خان کے شائقین انھیں کسی بھی روپ میں پسند کریں گے۔

فلم کی ڈائریکشن اور پروڈکشن ساجد نادیا والا کی ہے۔ رندیپ ہودا، نواز الدین صدیقی، متھن چکر بورتی بھی اہم کردار ادا کرتے دکھائی دیں گے۔

ISO 9001-2008
Certified company



N.M.FURNISHERS



where comfort & novelty go parallel

▪ Gujrat ▪ Lahore ▪ Islamabad ▪ Sialkot ▪ Karachi ▪ Dubai



www.nmfurnisher.com | info@nmfurnisher.com

UAN: +92-53-111-111-162 | [Facebook.com/nm.furnishers](https://www.facebook.com/nm.furnishers)

MITCHELL'S®

TOMATO KETCHUP



With Mitchell's Tomato Ketchup
 کچھ بھی چلے گا!

Only Mitchell's Tomato Ketchup has the original classic taste as it is made from 100% farm fresh juicy tomatoes. Mitchell's Tomato Ketchup tempts you to have anything and everything all the time.



BUNNY'S[®]

Quality is our
major
ingredient!

Eid Mubarak

